

རྩེ་ལམ་རིམ་པ་དག་དབང་ཡུན་ཚོགས་ཀྱི་

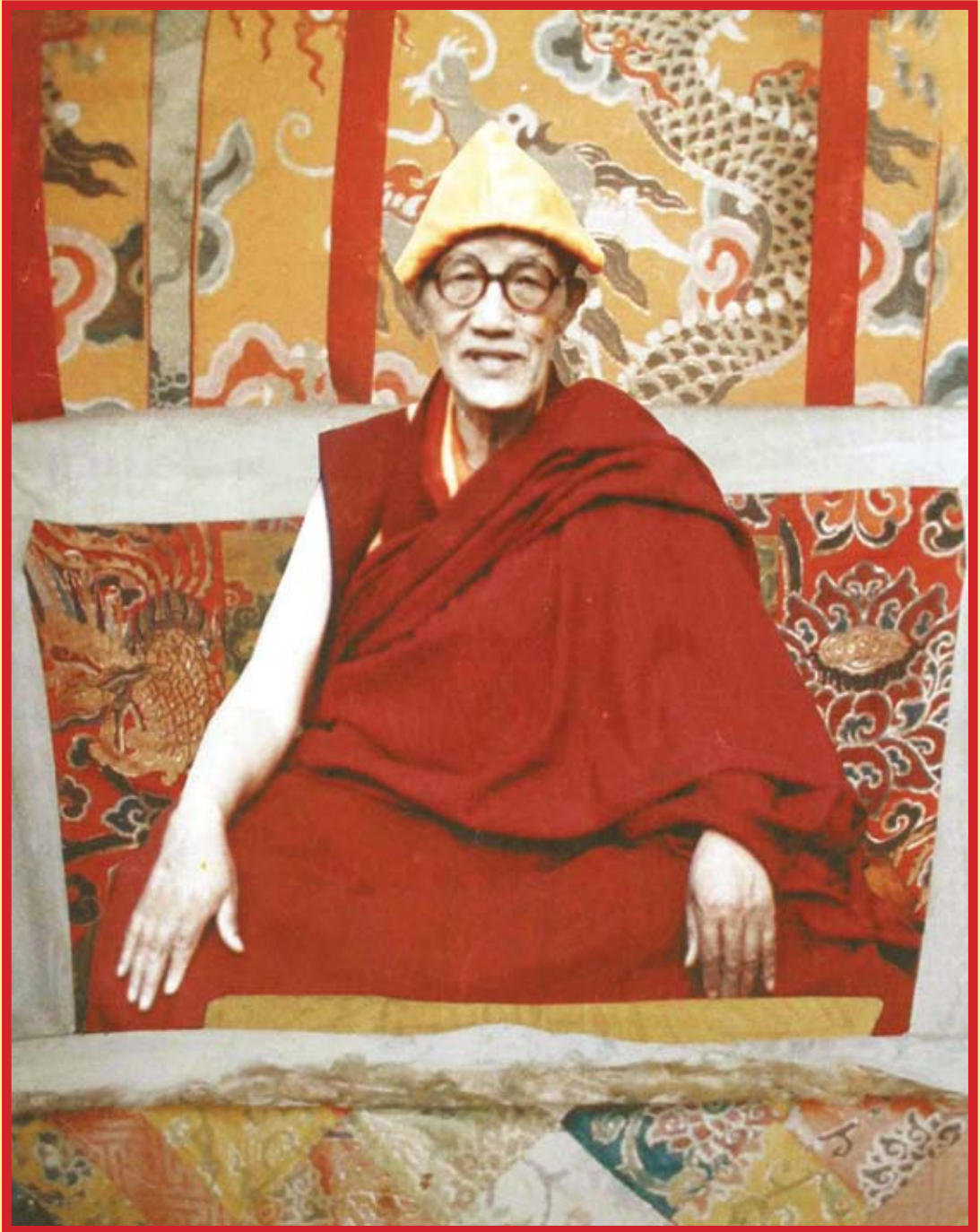
གསུང་འབུམ།



༼ བོད་དང་ཕོ༽

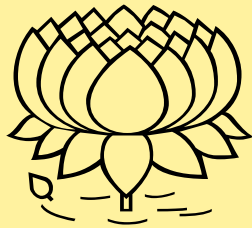
ཡུན་ཚོགས་ཚོས་བཟང་གིས་ཁུ་སྒྲིག་བྱས།

2017

[illegible]

རྩེ་ལམ་རིམ་པ་དག་དབང་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་

གསུང་འབུམ།



ཁོད་དང་པོ།

ཕུན་ཚོགས་ཚོས་བཟང་གིས་ཁྱ་སྒྲིག་བྱས།

2017



## སྒྲེང་བརྗོད།

དེ་སྐད་དུ་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། དང་པོར་རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་མང་  
དུ་བཅུ་ལ། བར་དུ་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར། ཐ་མར་ཉིན་མཆན་ཀྱན་དུ་  
ཉམས་སུ་སྒྲངས། ཀྱན་ཀྱང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་བསྐྱོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་  
ཅག་ནམས་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་པ་ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་རྗེ་བཙུན་  
ལམ་རིམ་པ་དག་དབང་ཕུན་ཆོག་མཆོག་ནི། བོད་རབ་བྱུང་བཙུ་པའི་ཆུ་བྱི་ཉེ་ ༡༩༢༩  
ལོར་རྒྱལ་ཐང་རྫོང་། རོང་ཡུལ་ནགས་སྟེང་བྱ་བར་སྐུ་འཁྱུངས། དགྲུང་ལོ་བཙུད་སྐབས་རྒྱལ་  
ཐང་དགོན་ཆེན་སུམ་ཅེན་སྒྲིང་དུ་སྤང་ལུང་གོང་མའི་བྱུང་དུ་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་མཆན་དག་དབང་  
ཕུན་ཆོག་གས་གསོལ། མཁས་བྱུབ་ཆེན་པོ་ཨ་བྱ་རྡོ་རྗེ་འཆང་བསྟེན་ནས་སྤྲུལ་པ་ཅི་གསུང་  
བཀའ་བཞེན་བསྐྱབས་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པ་མཛད། དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤེས་པར་དབུས་སུ་  
ཐེབས་ནས་འབྲས་སྤངས་སློ་སྒྲིང་གྲ་ཆང་དུ་ཆོས་བཞུགས་གནང་། འཕགས་བོད་ཀྱི་གཞུང་  
ཆེན་ཁག་ལ་དཀའ་སྤྱད་དག་པོས་དབྱིད་ཕྱིན་པ་སྤྱངས། འཆོ་བ་རན་ངོན་ཁོ་ནར་བསྟེན་ནས།  
གསང་སྤྲུགས་པོ་བྲང་དང་། བྲག་རི་རི་ཁྲོད། དགོན་གསར་རི་ཁྲོད་སོགས་ལ་སློམ་སྐྱབ་མང་  
དུ་མཛད། བོད་ས་པག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར། རྒྱ་མཆན་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྤྲུལ་པ་རིན་པོ་ཆེ་བུ་  
སློབ་བདུན་སློང་རྡོ་ལ་རི་ཁྲོད་ནས་བཙོན་དུ་བཅུག། བཙོན་དུ་བཞུགས་རིང་བསམ་བརྗོད་ལས་  
འདས་པའི་དམ་པའི་རང་རྟགས་ལྟར་བཞེས་མཛད། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཟེར་བའི་གཏོར་  
བཙོམ་བརྒྱུག་གསུམ་གྱི་ལས་འགྲུལ་རིང་། སྐུ་སློག་འབེན་འཇུགས་ངང་རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་



ཐུགས་རྟེན་སྤངས་སྐྱོབ་གནང་། གྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལོ་ཕྱི་ནང་མི་རིགས་ཁྲི་བཞི་བཞུགས་པར་དགོ་  
ཚུལ་སྤོང་དང་དགོ་བསྟེན་གྱི་སྒྲིམ་པ་འཛོགས་པ་དང་། ལོ་རེ་བཞིན་སྟོན་དབྱིད་གཉིས་ལ་གསུང་  
ཆོས་ཀྱི་ཆར་རྒྱ་ཆེར་པ་བ་ནས་སྐལ་ལྷན་གདུལ་བྱ་འབུམ་སྤྲུག་མང་པོའི་རྒྱུད་ལ་ཐར་བའི་ས་  
པོན་བསྐྱུན་པ་དང་། གཞན་ཡང་གཞུང་ཆེན་གྱི་དཔེ་ཁྲིད་མཛད་པ། གསུང་རབ་ཀྱི་དཔར་བརྒྱ་  
བ། རྟེན་གསུམ་བཞེངས་པ་སོགས། གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་རིན་ཆེན་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་  
མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གནང་བའི་མཛད་པ་སྤྲུག་ལ་སྟོན་མེ་བཏེགས་པ་ལྟ་བུའི་བཀའ་བྱིན་གྱིས་  
འབྲུབ་པར་མཛད།

མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི། མཛད་པ་མཆོག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གྱི་  
རབས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་དུ་བསྐྱལ་བའི་གསུང་ཚུལ་རྣམས་ནི། ཆོག་ཉུང་ཞིང་དོན་  
འདུ་ཕྱལ་ཆེ་བ། རིགས་པའི་ངར་དང་ལྷན་པས་དཀའ་གནད་ཀྱི་མདུད་པ་ལྷུག་པར་གྲོལ་བ། ཁ་  
བཤད་མཁས་པའི་ཆོག་སྐལ་ཙམ་མིན་པར་ཉམས་སྤྱོད་ཀྱི་པོའི་ལེགས་བཤད་མདུ་བྱུང་བ་  
རྣམས། དེ་སྟོན་ཀན་སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས། པོད་བཞི་བསྐྱུན་པ་དང་། དེ་རྗེས་སེར་  
གུའི་ནང་བསྟན་དཔེ་རྟེན་འཆོལ་བསྐྱུ་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་ཁང་ནས་པོད་བྱུག་བསྐྱུན་འདུག་པ་  
ལས། བཙན་བྱོལ་ནང་དུ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་པར་སྐྱུན་གནང་མེད་པར་སོང་། ད་ལམ་དགོ་སྤོང་ཕྱན་  
ཆོགས་ཡེ་ཤེས་ལགས་དང་། དག་དབང་བྱམས་ཆེན་ལགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་འཆར་  
འགོད་དང་། པར་རྒྱ་འཆོལ་སྐྱབ་གནང་བ། ལྷ་སྐྱིག་བྱེད་པའི་ལས་དོན་རིང་འགོ་གོན་ཆང་མ་  
དག་དབང་བྱམས་ཆེན་ལགས་དང་ཨོན་ཇི་ལགས་བྱུང་ནས་གནང་བ་དང་། ལྷ་དག་བྱེད་སྐབས་  
དགོ་སྤོང་ཕྱན་ཆོགས་ཡེ་ཤེས་ལགས་དང་། དཀོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན་ལགས། ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་  
ལགས་སོགས་ནས་རོགས་རམ་ཆད་མེད་གནང་བར་བརྟེན། རྗེ་བཙུན་གླ་མའི་གསུང་འབུམ་  
ཆ་ཆང་བ་ཞིག་བསྐྱུན་སྐབ་ན་སྟུམ་པའི་འདུན་པས་བསྐྱལ་ཏེ། སེར་གུའི་ནང་བསྟན་ཕྱོགས་

བསྐྱིགས་ཁང་གི་པར་ཅ་གཞིར་བཟུང་ཐོག་ ལྷ་མ་ཡབ་སྲས་གཉིས་ཀྱི་ནམ་ཐར་སོགས་འགའ་  
 ཞིག་གསར་སྣོན་ཞུས་ཏེ། གསུང་འབྲུམ་ཆ་ཆང་བ་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་པོད་བཞི་བསྐྱིགས། ཀན་  
 ལུ་པར་མ་དང་ཞིབ་བསྐྱར་བྱས། འབྲེལ་ཡོད་གཞུང་གཞན་དང་ཡང་བསྐྱར་ནས་ཡིག་ཞོར་  
 བྱང་བ་དང་གཞུང་སྤྱི་ཡོད་པར་དང་མི་མཐུན་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་གང་གི་གསུང་གི་འགྲོས་དང་མི་  
 མཐུན་པ་ནམས་ཞུ་དག་བྱས་པའི་དགོས་པར་བསམ་ནས་འདོར་ལེན་བྱས་པ་ལས་རང་དགར་  
 བསྐྱར་བཅོས་མ་བྱས་པར་བསྐྱིགས་ཁུལ་ལགས་མོད། རང་ཉིད་སྤྱིས་སྤྱངས་ཀྱི་ཤེས་རབ་  
 དམན་ཞིང་། གཞུང་ལུགས་ཀྱི་གོ་བ་མེད་པ་དང་། ཞུ་དག་བྱེད་པའི་དུས་ལུན་བྱང་བ་སོགས་  
 ཀྱི་སྤྱོན་དང་ཞོར་འབྲུལ་མི་ཉུང་བ་བྱང་ཡོད་པ་ལགས་ན་ཟུར་གནས་མཁུན་ལྡན་ནམས་ཀྱི་  
 སྤྱན་ལྡར་སྤྱིང་ནས་བཤགས་སོ། དགེ་བའི་དངོས་པོ་ཉུང་ཟད་མཆིས་ན་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་  
 རྒྱས་པ་དང་། འགྲོ་ཀུན་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པ། ལྷག་པར་ས་གསུམ་འགྲོ་བའི་མིག་གཅིག་ཡགོང་ས་  
 ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐྱ་ཆེ་བཏན་ཅིང་བྱགས་བཞེད་སྤྱན་གྱིས་འབྲུབ་པའི་རྒྱར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅས་འཕགས་མཆོག་བྱག་ན་བརྗོད་སྤྱད་ས་ཡི་ཐིག་ལེར་མདོན་པར་བཞེད་ནས་བགྲང་  
 བྱ་བྱ་གཉིས་འཁོར་བའི་དུས་བྲན་བྱད་པར་ཅན་ཉིན་ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་འཆང་བ་འབྲས་  
 གཙང་སྤུན་ཆོགས་ཆོས་བཟང་གིས་བྲིས་པའོ། དགེ་ལེགས་འཕེལ།







# དཀར་ཆག

---

|     |  |     |
|-----|--|-----|
| ༡༽  | ཐེང་བཟོད། .....  | 03  |
| ༢༽  | རང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན་བརྗེད་བྱང་དུ་བཀོད་བ། .....                 | 1   |
| ༣༽  | གསང་ནམ་གསོལ་འདེབས་སྒྲེའི་རྩ་གསང་ཞེས་བྱ་བ། .....                      | 89  |
| ༤༽  | ཟླ་མའི་ནམ་ཐར་དད་པའི་སྤྱ་ལོང་གཡོས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བསེར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ། ..... | 94  |
| ༥༽  | ཐབ་ལམ་ཟླ་མའི་ནལ་འབྱོར་སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ། .....               | 136 |
| ༦༽  | སྤྱལ་སྤྱ་སྤྱར་འབྱོན་གསོལ་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ། .....                       | 140 |
| ༧༽  | ཟླ་མའི་ནལ་འབྱོར་ལེགས་ཚོགས་རྩ་བ་ཞེས་བྱ་བ། .....                       | 141 |
| ༨༽  | སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཟླ་མའི་ནལ་འབྱོར། .....                             | 144 |
| ༩༽  | ཟླ་མར་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཀ་རྩོམ་ཚོགས་བཅད་མ། .....                        | 146 |
| ༡༠༽ | བསྐབ་བྱ་སྟོང་གི་གཟེར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ། .....                              | 147 |

|   |     |
|---|-----|
| ༡༡༽ ཞལ་གདམས་ཉུང་དུ། .....   | 148 |
| ༡༢༽ རང་སེམས་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་སྙིང་གཏམ་ཞེ་བརྒྱད་མ། .....  | 149 |
| ༡༣༽ རང་སེམས་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་བཀའ་སློབ། .....   | 154 |
| ༡༤༽ ཆེ་མུ་བྱི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལས་བརྒྱམས་པའི་གཏམ་གྱི་ཕྱིང་བ་<br>སྐལ་བཟང་མགུལ་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བ། ..... | 158 |
| ༡༥༽ ཆེ་རབས་རྩེས་འཛིན་ཐུགས་རྩེའི་ཐུགས་ཀྱི་ཞེས་བྲ་བ། .....  | 174 |
| ༡༦༽ འཕགས་མཆོག་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོ་ལ་གདུང་ཤུགས་སུ་གསོལ་བ་<br>འདེབས་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། .....          | 174 |
| ༡༧༽ གསང་བ་འདུས་པའི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱས་རན་པ་རིག་འཛིན་<br>དགའ་སྟོན་ཞེས་བྲ་བ། .....             | 176 |
| ༡༨༽ བདེ་མཆོག་གི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱས་རན་པ་རིག་འཛིན་<br>དགའ་སྟོན་ཞེས་བྲ་བ། .....                | 185 |
| ༡༩༽ འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱས་རན་པ་རིག་འཛིན་དགའ་སྟོན་<br>ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས། .....       | 193 |

|     |   |     |
|-----|---|-----|
| ༡༠༽ | བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་མའི་རྣམ་འབྱོར་དང་བཀའ་སྤྱད་          |     |
|     | ཁག་གི་སྒྲིག་ཏོར་ཤིན་ཏུ་བསྐྱུས་པ། .....                                  | 198 |
| ༡༡༽ | གསང་སྤྱགས་སྒྲོར་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་པ། .....           | 199 |
| ༡༢༽ | ཀ་བཤད་དང་བསྟོད་ཆོགས་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་པ། .....       | 226 |
| ༡༣༽ | རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་འབྲེལ་བ་མཐར་འཛིན་སྤྱན་སེལ་ཞེས་བྲ་བ། .....          | 235 |
| ༡༤༽ | ལྷ་མགུར་གདུང་སེལ་སྤྱན་གྱི་ལྷ་གུའི་རྣམ་འབྲེལ་ལེགས་བཤད་སྤྱན་གྱི་          |     |
|     | སྟེ་མ་ཞེས་བྲ་བ། .....   | 252 |
| ༡༥༽ | ལྷ་བ་བཀའ་རྟགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་གནད་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ཞེས་བྲ་བ། ..... | 338 |
| ༡༦༽ | དགོ་བཤེས་དཔལ་ལྷན་གྲགས་པའི་བྲིས་ལན་གནད་ལ་རེག་པ། .....                    | 397 |
| ༡༧༽ | སྒྱེ་བ་ལྷ་གྱི་དང་བདེན་པ་བཞིའི་དཀའ་གནད་གསལ་བར་བཤད་པ། .....               | 434 |
| ༡༨༽ | སྐར་མ་རབ་རིབ་ཅེས་པའི་མདོའི་དོན་བཤད་པ། .....                             | 448 |
| ༡༩༽ | རྒྱལ་སྤྱི་ཞེ་བརྒྱད་གྱི་སྟོན་ཆོག་ .....                                  | 450 |
| ༢༠༽ | དངོས་བརྒྱད་དོན་བདུན་ཅུའི་སྟོན་ཆོག་ .....                                | 452 |
| ༢༡༽ | མཐུན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་དང་དོན་གསུམ་གྱི་སྟོན་ཆོག་ཤེལ་དཀར་              |     |
|     | མེ་ཁོང་ཞེས་བྲ་བ། .....  | 453 |

|     |  |     |
|-----|--|-----|
| ༣༢༽ | པར་བྱིན་གྱི་སྒྲིམ་ཆོག་དང་པར་བྱིན་ལས་འབྲེས་པའི་དོགས་དཔྱད། .....         | 456 |
| ༣༣༽ | སུམ་ཅུ་པ་དང་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་འབྲེལ་དོན་གསལ་མེ་མོང་ཞེས་བྲ་བ། ..... | 491 |
| ༣༤༽ | བད་སྟོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ངག་གི་ཐིག་ལེ་ཞེས་བྲ་བ། .....                       | 555 |

## རང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་བརྗེད་བྱང་དུ་བཀོད་པ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཁམས།། བཞིན་ལག་གར་གྱི་  
ནམ་རོལ་སྒྲ་མ་ལྟར།། གདུང་བྱགས་དག་པོས་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ན།། ཀུན་ཏུ་སྤྱགས་  
རྗེའི་ལྷགས་རྒྱུས་བཟུང་དུ་གསོལ།། དེ་ལྟར་ཤིས་པའི་ཆོག་གིས་སྟོན་བསུས་ཏེ་སྐབས་དོན་  
སླེང་བར་བྱ་བ་ནི་རི་སྐད་དུ།། བདག་གི་ཡོན་ཏན་སྤྲ་བྱ་ཞིང་།། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསྐྱག་པར་  
བྱ།། ཞེས་སྐྱེས་བུ་མཁས་པས་ཀྱང་རང་གི་ཡོན་ཏན་སྤྲ་དགོས་པར་གསུངས་ན། ལྷན་མོངས་  
དུད་འཁོར་བ་བདག་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་ལྟར་སྤང་ཐར་ཐོར་ཡོད་པ་ནམས་བསྐྱགས་སུ་ག་ལ་  
རུང་། དེ་ལྟ་ན་དད་ལྷན་སྟོབ་བུ་འགའ་ཞིག་ནས་ཐར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆ་ཆང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འཁོད་  
པ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་དགོས་ཞེས་སྐྱུལ་མ་ཆ་ནན་ཡང་ཡང་བྱང་བས་རོ་མ་སྟོགས་པར་རང་གི་  
ལོ་རྒྱུས་རགས་རིམ་སླེང་བ་ལ་ཞུགས་སོ།། དེ་ཡང་། བདག་སྐྱེས་པའི་ཡུལ་ནི་མདོ་སྐད་རྒྱལ་  
ཐང་རྫོང་གི་མངའ་ཁོངས་རོང་ཡུལ་ནགས་སྟེང་ཞེས་གྲགས་པ་དེར་ཡིན་ལ་པའི་མིང་ལ་ཀམ་  
ཆེ་རིང་དང་མའི་མིང་ལ་ནམ་མཁའ་སྟོལ་མ་ཟེར་ཞིང་། གཉིས་ཀ་གཞུང་དང་ལ་ཆོས་སྤང་  
དཀར་བ་སོགས་ལ་རབས་ཅན་ཞིག་ཏུ་བཞུགས། ལྷག་པར་ཨ་མ་ནི་དགྲའ་གངས་བཅུ་གསུམ་  
བཞེས་པ་ནས་སྐྱ་ཆེ་རི་སྟེང་བར་རྒྱབ་རེ་བཞིན་བྱག་བརྒྱ་རེ་ཆག་མེད་འཆལ་བས་མཆོན་དགོ་  
སྟེར་ལ་རང་གིས་བཙོན་པར་བཞུགས་པས་བྱད་མེད་རང་འགའ་བ་ཞིག་མིན་པར་སླེང་། བྱིས་  
ཆང་ནི་ཞིང་པ་དབུལ་པོངས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་ཡུལ་མི་ཀུན་རང་བཞིན་གྱིས་དགའ་མོས་བྱེད་པ་  
ཞིག་ཡིན་པས། ང་ཆོའི་བྱིས་གྱི་མིང་ལ་ཀུན་དགའ་འོ་ཞེས་འབོད་དུ་རུང་ཞེས་པས་ཉག་པར་

ཞལ་ཤོབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གསུང་གི་ཡོད། བོད་རབ་བྱུང་བཙུ་བ་ཚུ་བྱི་ལོ་ལྟེ་ལྟེ་ལོ་ཆིག་སྟོང་དགུ་  
བརྒྱ་ཉེར་གཉིས་ལོར་པ་མ་གཉིས་ལ་བདག་སྤྲེས་པ་ཡིན་འདུག་སྟེ་རྟགས་མཆན་བཟང་བ་  
སོགས་ནི་གང་ཡང་བྱུང་ཡོད་བཟོ་མི་འདུག དེ་ལྟ་ནའང་གིས་བའི་དུས་སུ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་བཟོ་  
འདྲ་བ་འགའ་རེ་བཤད་སྟོང་ཡོད་ཟེར་བ་ཐོས་ཏེ་ཡིད་བརྟན་བྱུང་ག་ལ་བྱུང་། དེ་ནས་རང་ལོ་  
བདུན་ལ་ཉེ་བ་ན་ཕྱན་ཀྱི་གཉེན་ཆེན་ཨ་ཁུ་ཀམ་བཟ་ཤིས་ལྷ་བ་སྐྱེ་ཡོན་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་  
བྱུང་ནས་སློག་བསྐྱབ། ཐོག་མར་ཀ་ཁ་དང་། དེ་ནས་འཇམ་དཔལ་མཆན་བརྗོད་ཀྱི་དབུ་ནས་  
མཐུག་རྫོགས་ཀྱི་བར་དུ་སྟོར་སློག་བསྐྱབས་པས་པལ་ཆེར་དག་ནས་སྟོར་བྱུང་བ་བྱུང་། དེ་ལ་  
ཁན་ལགས་ནས་ཀྱང་བྱགས་དབྱེས་ཉམས་ཆེན་པོ་མཛད། ལར་ནས་ཡི་གེ་འབྲི་སློག་སོགས་  
ཀྱི་སྟོར་ལ་བཟོ་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་ཤེས་པས་རིག་པ་བཟང་བའི་ཆད་དུ་བྱེད། དེ་རྗེས་མཆན་  
བརྗོད་དངོས་གཞི་འགོ་ནས་སྟོར་འཛིན་ཏེ་གཞུག་བསྐྱུལ་རིང་སྐབས་སྐབས་སུ་རྒྱག་ལེན་དུས་  
ཆིག་རེ་བྱུང་ལ་ཐོགས་པ་འདྲ་བྱུང་ཆེ་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྟོར་སློག་སྟོར་ཡོད་པས་ཐད་དེ་མི་འགྲོ་བ་  
བྱེད་མི་སྟོང་ཚུལ་འདི་ལ་ཁན་ལགས་ནས་ཀྱང་ཡ་མཆན་ཉམས་གནང་གི་ཡོད། དེ་ནས་རང་ལོ་  
བཅུ་ལ་བབ་པ་ན་རྒྱལ་ཐང་དགོན་ཆེན་སུམ་ཅེན་སྤིང་དུ་བྲལ་བ་བྱས། སྤང་ལུང་གོང་མའི་མདུན་  
སྐྱ་ཕྱད་ཕྱལ་བས་མིང་དག་དབང་ཕུན་ཚོགས་སུ་འདོགས་གནང་མཛད། ཁོང་གིས་མིང་གིན་  
ཆད་ལ་སློ་བཟང་ཞེས་འདོགས་ཀྱང་ཕྱན་ལ་གོང་ལྟར་འདོགས་པ་དགོངས་གཞི་གང་ཡིན་མ་  
ཤེས། ཆོས་སྟོད་རབ་གསལ་པལ་ཆེར་དང་། གསང་འདུས་བདག་བསྐྱེད། བསྐྱང་གསོ་འཁོར་  
བཅས། འཛིགས་བྱེད་བདག་མདུན། སྐན་ལྷ་མདོ་ཆོག་ཡིད་བཞིན་དབང་རྒྱལ་སོགས་སློ་ལ་  
བཟུང་ནས་བྲལ་ཆང་མཁན་པོ་སོགས་ལ་རྒྱག་ཕུལ། དཔེ་ཆ་གང་ཡང་མཇུག་ཅམ་ནས་དབུལ་  
པོས་ནོར་རྟེན་པ་ལྟར་དགའ་ནས་མ་སྟོག་པར་སྟོད་མི་བྱུང་བ་ཞིག་ལོ་རྒྱུང་དུའི་དུས་ནས་རང་  
ཆས་སུ་ཡོད་དེ་ནང་དོན་ནི་རེ་བྱུང་ཅམ་ལས་གོ་གི་མེད། རང་ལོ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་ཅམ་



ལ་སྒྲེབ་པ་ནས་བརྒྱུད་སྐབས་སྐབས་སུ་བསམ་སྒྲོ་འདི་འབྲེལ་ཁོར་ཉེ་ད་ལྟ་རང་མི་སྐད་བྱི་སྐད་  
མ་གཤམ་པའི་ལུང་སྒྲོངས་ཤིག་ཏུ་བྱིན་ནས་བྲག་ལུག་རྩུང་དུ་ཁ་ཤར་བལྟས་ཤིག་གི་ནང་  
ལུས་གོང་ངེར་འདུག་ནས་སྒྲོམ་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་ན་དགའ་བ་ལ་ཨང་སྟམ་པའི་འདུན་པ་ལྷགས་བྲག་  
པོ་མནན་པས་མི་འོན་པ་ཡང་ཡང་སྐྱེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་པོད་ཆོས་ལྡན་ཁིང་གི་གཏམ་  
རྒྱུད་དང་། སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་ནམ་ཐར་སོགས་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེད་མོལ་ཐོས་པ་ན་སྤང་བ་  
ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་འགྱུར་ཉེ་དགའ་དད་ཆེན་པོ་བསམ་ལས་འདས་པ་ངང་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་  
སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡོད་དེ་སྒྲོན་གྱི་བག་ཆགས་བཟང་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྟམ་མོ། འོན་ཉེ་བག་ཆགས་  
ངན་པ་དང་བསྐྱར་ན་གཞུང་ས་ཅམ་གྱི་བྱུང་ཞུགས་པས་དེའི་ངོས་ནས་བསམས་ན་ནི་རང་གི་  
རང་ལ་ཡོད་ཆད་དགོས་པ་ཞིག་གཤམོ།

དེ་ནས་རང་ལོ་བརྒྱ་བཞིར་སོན་པ་ན་པ་སྒྲོ་བུར་དུ་སྐྱེ་འདས། དེའི་ཆེ་པའི་བུ་ལོན་ཆ་  
ནན་དེད་མི་མང་དུ་བྱུང་བས་ཉ་དང་པོར་བུ་སོགས་འོར་ཡོད་རྒྱ་བུ་ལོན་དུ་སྤྲད་ཀྱང་ད་དུང་མ་  
སོབ། དེ་དུས་ཨ་མ་དང་ངེད་མིང་སྤིང་ཆང་མ་ལྟ་སྐྱེ་ལ་གོས་རྩལ་བ་སོགས་སྤྲད་པོ་དང་བྱུང་  
མེད་དུ་བྱུར། དེ་ལྟར་ཐབས་སྐྱོ་པོར་བྱུར་ཀྱང་ཨ་མས་ནི་གང་ཡང་མ་འཛོལ། སྤིང་མོ་ཁྱན་པས་  
ནི་མི་གཏོང་རྒྱ་ལེན་ཅམ་ལས་མི་ཤེས། སྤྲན་མཆེད་གཞན་དག་ནི་རྩུང་ཆེས་པས་ནང་གི་འཆོ་  
སྦྱང་གི་འོས་འགན་ཐན་རང་གི་ཐུག་ཏུ་འབབ་པར་བརྟེན་གཉེན་ཆན་ནམས་གོས་བྱས་ཉེ་  
གཞན་གྱི་སྒྲ་པར་གསེར་བརྒྱུ་བར་བཏང་། དེ་དུས་ས་བུ་པ་ཤིན་ཏུ་དོག་ཅིང་གཏོང་ངེད་པོར་ས་  
ལེན་པར་འགོ་དགོས་ལ་བརྟེན་སྐལ་པ་ས་ལ་བརྟེན་ནས་མ་བྱུང་ཡང་སུ་མཐུད་ནས་བྱིན་པས་  
ཡོངས་སུ་རུལ། རུལ་བྱི་རྒྱང་ངེད་དུ་བྱོ་བར་བརྟེན་རེ་ཞིག་བར་དུ་ཁོ་བོའི་བྱི་བཞིན་སུ་ཡང་འོང་  
མི་འདོད་པར་བྱུར། དེ་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་སྤྲད་ནས་སྒྲ་བསགས་ཀྱང་བུ་ལོན་སྒྲོད་འཇལ་དང་ནང་  
མིའི་འཆོ་བ་སོགས་ལ་པན་ཐོགས་པ་ནི་གང་ཡང་མ་བྱུང་། དེ་དུས་བསམ་ཤེས་ཅན་འགའ་

རེས་ཞང་པོ་གཉིས་ལ་བཅུན་ཆུང་རིག་པ་བཟང་བ་འདི་འབྲ་ས་ལས་རྩོལ་ས་ལ་བཞོལ་བ་  
པངས་ཞེས་ནན་གྱིས་ཁྱས་འདུག་པར་བཞེན་ལོ་སྐོར་གཅིག་ཙམ་ནས་ཕྱིར་འཐེན་ཏེ་གཞན་གྱི་  
ཆོང་གཡོག་ལ་བཏང་། དེ་ནས་ལོ་བཅུ་དྲུག་བཅུ་བདུན་ཙམ་ནས་རིམ་པས་ཆོང་རྒྱག་ཁུལ་བྱས་  
ཀྱང་གཅིག་ཏུ་ལོ་ན་པ་བ་དང་། གཉིས་སུ་ཉམས་ཕྱིར་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེན་པས་ཆོང་ཁེ་མེད་  
པའི་ཁར་མ་རྩ་ཡང་པལ་ཆེར་འཐོར་ཞིག་ཏུ་སོང་། དེ་ནས་དུས་ལྷན་གང་འཆམ་སོང་བ་ན་ད་  
རང་ངས་ལོ་ཤས་ལས་མ་འགོར་བར་ཆོང་བརྒྱབ་ནས་འགྱོར་བ་གསོག་ཐུབ་སྟམ་པའི་གདེངས་  
ཆོད་ཆེད། སྐབས་དེར་མཆན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དོན་གྱི་སྦྲད་དུ་མཆན་ནས་སྒྲོས་ན་སྐབས་  
གཅིག་བཀའ་བྱིན་ཆེ་མེད་ཨ་བུ་རྩོད་རྩེ་འཆང་ཆེན་པའི་ཞལ་སྤྱོད་ནས་གྱིས་ལམ་རིམ་སྤྱར་ལམ་  
དམར་ཁྲིད་བཀའ་བྱིན་བསྟུལ་བ་ཞུ་བར་ཕྱིན། དེ་སྔོན་ཆོས་ཁུ་མ་ཕྱིར་བས་བྱས་པ་ཡིན་ནམ་  
གང་ལྟར་དབུལ་པོས་ཁོར་ཆེད་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་ལ་ཤིན་ཏུ་པན་བ་ཞིག་བྱུང་ཞིང་། ཉིན་རེ་ཉིན་  
རེའི་གསུང་བཤད་རྣམས་ཀྱང་པལ་ཆེར་སྒོར་འཇགས་ཏེ། གཅིག་ཏུ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་གསུངས་  
མཁས་པ་དང་གཉིས་སུ་སྔོན་ཆད་ཆོས་ཀྱི་རོ་ཕྱིར་བའི་བག་ཆགས་སྤར་བུ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་  
འབྲ་སྟམ། དེ་དུས་སྒྲ་མས་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་ལའང་སྟོང་པོ་མེད་ལུགས་སོགས་གསུངས་པ་  
ན་ཆེ་སྒོས་བཏང་གི་ཆོས་ཤིག་བྱ་དགོས་པར་འདུག་སྟམ་པའི་བསམ་སྒོ་དུམ་པ་རེ་སྐྱེས་ཀྱང་།  
ཡང་དེ་མ་ཐག་ནང་མི་ཆོའི་འཆོ་བའི་དཀའ་ངལ་དང་པར་སྒྲོད་ཚུར་ལེན་སོགས་ཀྱི་རྣམས་  
རྣམས་བཞན་ནས་བདག་ལྟ་བུས་ཆེ་སྒོས་བཏང་གི་ཆོས་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཡོང་ཐབས་མི་འདུག་  
སྟམ་པའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་འབྲའི་སྒོ་ཅེ་གཉིས་པའི་ངང་ནས་ཉིན་ཁ་ཡར་སོང་  
བ་ན་ལན་གཅིག་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་མཆོད་པ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཆོད་  
པ་མཆོག་ཡིན་པར་གསུངས་པས་ངས་རི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་བྱུང་  
ན་ང་ལ་དགོས་རྒྱ་དེ་ཡིན་གྱི། དེ་མིན་བརྒྱ་འབུལ་སྟོང་འབུལ་སོགས་གྱིས་ང་ལ་དགོས་པ་ཅུང་

ཐད་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་གསུང་རྒྱུ་པ་ཅན་ཞིག་མེད་པ་བྱུང་བས་དེ་མ་ཐག་སྤར་གྱི་སྒོ་ཅེ་གཉིས་  
 པ་དེ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་ནས་ཡིད་ལ་འདི་སྟམ་དུ་ད་ཕྱིན་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་དུ་ཆེ་སྒོས་བཏང་  
 གིས་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱ། ཆེ་འདི་མི་ལམ་ཙམ་ཡིན་པས་རང་དང་ནང་མི་ཆང་  
 མ་འཆོ་བ་མ་བྱིད་ནས་གཞན་ལ་སྟོ་སྟོང་བར་འགོ་དགོས་ཤར་ཡང་ཤུན་རང་གིས་སྟེ་དངས་  
 ནས་འགོར་ཤོད། མདོར་ན་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་ཆོས་བསྐྱབ་ན་ད་ལྟ་རང་ལུས་དུས་བརྒྱར་  
 གཏུབ་ཀྱི་ཐེར་མཁན་ཞིག་བྱུང་ཡང་ཆོས་བྱིར་ཡིན་པས་བཟོད་སྟམ་པ་སོགས་སྟོང་སྟོང་མེན་  
 བོ་འགྲན་སྒྲ་དང་བུལ་བ་ཞིག་སྟེས་བྱུང་བས། དེ་མ་ཐག་ཡར་ལངས་ཏེ་དམ་བཅའ་འབྲུལ་བར་  
 འགོ་ཅིས་བྱས་ཀྱང་གཅིག་དུ་མི་ཆོག་མེད་པ་དང་། གཉིས་སུ་གསུང་ཆོས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་  
 འགྱུར་གྱི་དོགས་ནས་འགོར་མ་ཤོད། འོན་ཏེ་ཆོས་སྤྱན་དེ་གོལ་མ་ཁད་སྟེ་དུང་དུ་བཅར་ནས་ཅི་  
 གསུང་བཀའ་བཞིན་དུ་སྟོག་ལ་ཐུག་དུང་ཆེ་སྒོས་བཏང་གི་ཆོས་བྱ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅའ་  
 ལུལ་བས་བཞད་ཙམ་ཞིག་མཛད་ནས། ད་རེས་ཀྱི་གསུང་ཆོས་འདི་བཞིན་མཐར་འཁྱོལ་བ་ཞུས་  
 ཞིག་ཅེས་མེད་པ་པ་ལས་གཞན་མ་གསུངས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ད་ལྟའི་བར་དུ་བསམ་པའི་  
 རོས་ནས་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྟོད་པའི་ཁུལ་ཡིན་ཀྱང་ལག་ལེན་གྱི་རོས་ནས་  
 བརྒྱ་ཆ་ཙམ་ཡང་རྩོམ་ཐོགས་པ་འདི་ནི་ཡི་ཐུག་པའི་གནས་སོ།། གསུང་ཆོས་བྲུབ་འཕྲལ་སྒྲ་  
 མ་རིན་པོ་ཆེ་རི་ཁྲོད་དུ་བྱག་མེད་པས་སོང་བས། དགེ་ལྡན་གཉིས་ལའང་མ་ཞུས་པར་རིན་པོ་  
 ཆེའི་ཕྱི་བཞིན་རི་ཁྲོད་དུ་བྲོས་བྲོལ་ལ་ཕྱིན། དགོན་པ་ནས་རྒྱང་གྲགས་ཙམ་ལ་བསྐྱེད་པས་ན་  
 གཞུགས་མེད་པའི་པི་མང་གི་སྒྲ་སྒྲུང་སྒྲུང་ཞིག་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་ཐོས་ཏེ་གང་གི་ལྟས་ཡིན་  
 པར་ནི་མ་ཤེས། དེའི་སྟོན་དུ་ཆོས་གོགས་རབ་འབྲུམས་པ་སྟོ་བཟང་དགེ་འདུན་དང་རེད་གཉིས་  
 བྲོས་བྱས་ནས་ཐོག་མར་ཞི་གནས་ཀྱི་གདམས་པ་ཞིག་ཞུས་ལ་དེ་ནས་སྤང་ཆང་རི་ཁྲོད་དུ་  
 སྟོམ་ལ་འགོ་ཞེས་ཐག་བཅད་ཡོད་པས་དོན་དེ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེར་ཞུས་པ་ན་ཞལ་ནས། གང་

བསྐྱེམས་གྲང་སྒོ་འདྲེགས་འབྲལ་འབྲལ་དུ་གཅོད་དགོས་པས་སྒྲ་མ་དང་ཁད་འགྲངས་ན་མི་  
རུང་གི། དེ་བས་འདི་གའི་ཉེ་འཁོར་ཞིག་ཏུ་སྐྱབ་ཁང་ཚུང་དུ་ཉལ་འདུག་རུང་ཙམ་ཞིག་ཅིགས་  
ཞེས་གསུངས། དེར་བཀའ་བཞེན་སྐྱབ་ཁང་ཐེབ་ཆག་པག་ཆང་འབྲ་བ་ཞིག་བཅིགས་པའི་  
ལུགས་སུ་བྱས་ནས་བྱབ་པ་ན་སྐྱེམ་དུན་དུ་བཅར་ཏེ། ད་ཞི་གནས་ཀྱི་གདམས་པ་བསྐྱལ་དུ་  
གསོལ་ཞུས་པ་ན། ཆོས་གོས་དང་མཐུལ་ལོངས་ལ་ཁྲུས་བྱས་ཤོག་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱས་  
ནས་ཕྱིན་པ་ན་གསུང་ཆོས་ཆེ་ཁག་གི་ལུགས་སོལ་རི་མ་རི་བཞེན་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཆོས་  
གོས་རྣམ་གསུམ་མནའ་བས་བཞེས་ཀྱི་ཆོས་ཁྲིའི་ཁར་ཕེབས། ཤེས་རབ་སྙིང་པོ་དང་སྦྱོར་ཆོས་  
སོགས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་གསུངས་བྱབ་རྗེས་ཞི་གནས་ཀྱི་སྒྲོས་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ལམ་རིམ་གྱི་  
དབུ་འཇུགས་པ་གནང་། དེ་ནས་སྒྲ་བ་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་ཉིན་ལྟར་ཆོས་སྟུན་རེ་ཆག་མེད་དུ་  
བཀའ་བྲིན་བསྐྱུངས། དེ་དུས་ཆ་བ་ཆེ་བར་བརྟེན་སྐབས་རེ་སྟུན་གཉིས་ཀ་གཉིད་ལ་ཤོར་བས་  
གསུངས་མི་མཐུན་ནས་འཇམ་ཐེང་རེར་བཞུགས་དགོས་པ་ཡང་ལན་ཁ་ཡར་བྱུང་སོང་ཡང་  
དགོངས་པ་ཆོས་རྒྱ་ལྟ་ཞོག ད་དུང་བཞད་མོ་འཆེར་འཆེར་གནང་གི་ཡོད། སེམས་བསྐྱེད་བྱུབ་  
པ་ན་ད་རེ་ཞིག་ཆོས་མཆོམས་འདྲིལ་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་སྒོལ་ཏེ། སྟུན་ལ་བར་ཆད་ཅིག་འོང་  
བ་མཐུན་པར་འདུག དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཨ་མ་འོངས་ནས་བརྗོད་རིགས་སུ་ཁྲིད་རི་ཁྲིད་དུ་སོང་བར་  
དགེ་ཆན་ཁང་པོ་གཉིས་སྟུགས་ཁྲོས་ཏེ་ཁང་ཆན་གྱི་ཆོགས་འདུ་ལྟན་རྒྱས་སུ་ཁྲིམས་གཏུགས་  
སྟུན་སོང་ཞུས་འདུག་པར་བརྟེན་ཆོགས་འདུ་ནས་ནང་ལ་འགན་དགོས་ཏེ་ཁྲིད་ལམ་སོང་འབྲིད་  
ཤོག་ཅེས་བཀའ་ཕེབས་བྱུང་བས་ད་ལྟ་རང་ཡོང་དགོས་ཟེར་བྱུང་བ་ལ། ངས་ད་རེས་མི་འགྲོ་  
ཞག་གསུམ་ནས་བསྐྱེམ་ཡོང་བྱས་ནས་ཨ་མ་ལོག་བཏང་། དེའི་ཆེ་ཁང་པོ་གཉིས་ནས་རིན་པོ་  
ཆེ་ལའང་ངོ་ཚྐལ་ཞུས་འདུག དེ་ནས་མཚོ་བསམ་ཞིག་བཏང་བ་ན་ད་འདིར་ཨུ་ཚུགས་ཀྱིས་  
བསྐྱེད་ན་ནི་མཐར་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་བཞུགས་མི་སྒྲོ་བའི་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བར་འདུག་པས་རེ་ཞིག་

དགོན་པར་བྱིར་ལོག་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་དང་། བྱིར་སོང་ན་ཁང་ཆོན་གྱིས་ཁྲིམས་ལ་སྦྱར་སྲིད་  
 ། གྲང་དེ་ལ་ནི་ང་མི་ཞེད། མཐར་གཏུགས་ན་ཁང་ཆོན་དང་ཞང་པོ་སོགས་གྱིས་བྲག་ཤུགས་ལ་  
 བཏེན་ནས་བདག་ཆོས་བྱེད་མི་འདུག་པར་སྒྲར་ཡང་ཆོང་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ངན་པར་སྦྱོར་  
 འདུག་པར་འདུག་སྟེ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ལས་ནི་ཤི་ན་དགའ་བས་ཞང་པོ་གཉིས་གྱིས་མཐོང་སར་  
 སྒྲིང་ལ་གྱི་བཙུགས་ནས་ཤི་འདོད། མདོར་ན་སོག་ལ་ཐུག་རུང་སྒྲ་མའི་གསུང་རས་སུ་པོར་ནས་  
 སྒྲར་ལྟར་ཆོས་མེན་གྱི་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་ཐག་ཆོད་ཡིན་ཞེས་དགོན་མཆོག་དཔང་དུ་བཙུགས་  
 ནས་དམ་བཅའ་ཤུགས་བྲག་པོ་ཡང་ཡང་བྱས། འོན་ཏེ་སྒོ་པམ་བ་ཞིག་ལ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་སྦྱ་  
 ངལ་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་སྒྲིན་ཐོལ་གྱི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་དེ་སྟེད་ཅིག་བསྐྱལ་བའི་བཀའ་འཁོར་ནི་  
 གང་གིས་ཀྱང་གསལ་བ་ཏུ་མེད་མོད་ཀྱང་། རི་སྐད་དུ། བན་པའི་ལན་དུ་མཆོད་པ་བྱ་བ་ནི། བསྐྱོ་  
 བའི་ཆོག་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡིན། ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་  
 མཆོད་པས་ཐུགས་མཉམས་པ་ཞིག་བྱེད་བསམས་ཀྱང་དེ་འབྲུག་རྒྱ་ལྟོག་གི་དུང་བཞུགས་  
 མི་སྟོ་བའི་རྒྱུ་རྒྱ་ལ་འདི་འདྲ་བྱུང་སོང་སྟེ་མ་པའི་སྒོ་པམ་ནས་མཆི་མ་མང་དུ་ལྷུངས། ཚུལ་དེ་ཨ་  
 ཏིག་ཀླན་མོས་མཐོང་ནས་དལ་གྱིས་བསྐྱོད་དེ་རིན་པོ་ཆེར་བྱས་འདུག་པས་སྒྲིང་རེ་རེ་གསུངས་  
 པ་རྒྱུད་ནས་ཐོས་གྱི་འདུག དེ་འབྲུག་ཤུག་བརྒྱུ་ཞིག་བཏང་བྱུང་བས་མཆི་མ་འབྱིས་ཏེ་སྦྱ་མཐུན་  
 དུ་བཅར་བ་ན་ཞལ་ནས་ད་ཁྱོད་རི་ལྟར་བྱེད་ཅིས་ཡོད་གསུངས་བྱུང་བ་ལ་དེར་ཡིད་ལ་གང་  
 བསམས་པ་རྣམས་སྦྱག་པོར་བྱས་ནས་དུས་པས། ཞལ་ནས། ཁྱོད་རང་གི་རྒྱག་བསམས་པ་ནི་  
 ཡོངས་སུ་ཁོར་འཁྲལ་རེད། ང་ལ་མ་རེད་མ་འགྲིགས་ཟེར་མཁན་ཞིག་བྱུང་ན་དགའ་བ་ལ་ཨང་  
 སྟེ་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། འདི་ངས་ཟེར་ལོ་ཅམ་ཡིན་མིན་ལ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་  
 བཅས་དཔང་དུ་བཙུགས་ཆོག་པ་ཡོད་དོ། དེ་བས་སྒོ་དགོན་མཆོག་ལ་གཏོད་པའི་མི་དེ་བར་  
 ཆད་གྱི་དཔང་དུ་སོང་བ་མི་སྲིད་པ་ཡིན་པས་ཁྱོད་གནས་སྐབས་དགོན་དུ་མར་སོང་ལ། གཅིག་

བྱས་ན་རྒྱུ་དཔེ་གོགས་སུ་ཤར་ཏེ་རིང་མིན་དགོན་ནང་འཆད་རྒྱུའི་ལམ་རིམ་དེ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་  
ཉན་རྒྱུ་ཡོང་ཤིང་ཆེ་གསུངས། དེར་སྒོ་བདེ་ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་ཆེ་ཕན་རང་ངོས་ནས་ནི་ཁང་ཆུང་  
ཀྱིས་ཁྱིམ་ས་ལ་སྦྱར་བས་མ་ཆད་གསོད་ཟེར་ཡང་ཆོས་ལས་སྒོ་མི་ལོག་ཐག་ཆོད་ལགས་ན་  
ཐུགས་རྗེས་སྦྱབས་འདུག་ཡོང་བ་མཁྱེན་ཞུས་ནས་དགོན་པར་ཕྱིར་ལོག་པ་ཡིན། དེ་དུས་དགེ་  
ཤན་ཁང་པོ་གཉིས་ནས་ནི་ཕན་ཤིག་ཏུ་ཡོང་འདུག་གི་མིན་ཟེར་ནས་མནའ་བསྐྱལ་འདུག་ལ།  
གཞན་དགའ་ཉི་ཟུ་དང་འཕྲད་ཀྱང་གདོན་མཐོང་བ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་གནས་སྐབས་  
འདྲེལ་ས་རྟེན་ཁག་ཅུང་། དེ་ནས་ཡུད་ཅུང་སོང་བ་ན་གཞན་ངོ་ཤེས་ཤིག་གི་ཤིག་ཏུ་ལྷ་  
ཚུགས་ཀྱིས་འདྲེལ་བྱིན་པས་ཁ་མ་གྲགས་རུང་དེར་བཞག་ཉན་ཅུང་ཞིག་བྱུང་། སྐབས་དེར་སྟོ་  
སྦྱུ་ལ་གོས་རྩལ་བ་དང་། མདོག་དཔ་བ་སོགས་མི་གྲལ་ནས་བྱད། ཁྱི་གྲལ་དུ་རྒྱུད་ཟེར་བ་དེ་  
བདག་ལ་མདོན་སྲུང་དུ་བྱུང་སྟེ། གཙོད་ཡུལ་བའི་ཐུགས་ལྟར་བྱས་ན་སྟོངས་ཟེར་བ་དེ་བྱུང་བ་  
འདྲ། འབྱོར་པའི་ཆེན་ཐམས་ཅད་གཉེན།། རྒྱུད་པའི་ཆེན་ཐམས་ཅད་དག།། ཞེས་པ་ལྟར་དེའི་  
སྟོན་དུ་ཆོང་དང་གི་མེ་མདའ་སོགས་ཁྲིལ་མེད་ཀྱི་ལག་ལེན་བྱེད་དུས་མི་ཀུན་ཀྱི་ཡིད་དུ་འཐད་  
པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། ཆོས་མིན་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་བཞག་ནས་ཆོས་ལ་ཞུགས་ཕྱིན་ཆད་ཀུན་ཀྱང་  
དགར་ལངས་ཏེ་མཐོང་རྒྱུད་དང་འཕྲ་སྟོན་ཅི་ཡང་བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ནི། གྲུང་ཐང་གིས། གདོལ་  
སྟོན་ཁྲིམ་པའི་རྗེས་འདུག་གཡོ་ཁམ་མཁན།། ཆོས་མིན་སྟོན་པའི་ཐན་སྟེ་མགོ་འཕང་མཐོ།། ལྟོ་  
སྦྱུ་གོས་རྩལ་ཐོས་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི།། བཅུད་ལྷན་སྟེ་མའི་མགོ་བོ་དམའ་ན་ཡང་།། གཏན་ཀྱི་  
སྟེད་སྒྲུག་འདྲ་འདྲ་མིན་ནོ་ཨང་།། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡིད་ལ་འཁོར་ནས་ཡང་བ་དང་བག་  
ཆ་བ་ཅུང་མ་བྱུང་། སྐབས་གཅིག་རིང་ལ་གང་དུ་སྦྱུ་དང་འཕྲད་ཀྱང་དོན་མེད་པར་ངོ་ནག་པོ་  
བསྟན་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་འདུག་ཏུ་མི་སྟེར་བ་སོགས་མཛེན་ཅན་དང་འདྲ་བར་བྱེད་ལ། རང་  
སྒོ་ལའང་བདག་ལས་དམན་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ཅང་ཡོད་དམ་སྟུང་པ་བྱུང་མོད་ཀྱང་།



གཅིག་ཏུ་དགོན་མཆོག་སྤྱགས་རྗེ་ཆེ་བ་དང་། གཉིས་སུ་ལས་འབྲས་བསྐྱབ་མེད་པའི་བདེན་  
 པས་རིམ་གྱིས་མི་རྣམས་རྗེ་མོས་སུ་སོང་ངོ་། དེ་ནས་ཁང་ཆན་གྱི་ཆོགས་འདུས་ཁྲིམས་ལ་  
 བསྐྱངས་སམ་སྙམ་ནས་སྤྱག་རུང་སྤྱང་མཁན་མི་འདུག་པས། ཉིན་གཅིག་ཉམས་སད་པའི་ཕྱིར་  
 དུ་ཆོགས་འདུའི་འགོ་གཙོ་གྲང་དམར་བྱང་ཚུབ་ཟེར་བའི་མི་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་འཁྲིམས་སུ་  
 ཕྱིན་པས། དེར་ཁོང་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱི་ཞང་པོ་གཉིས་ནས་ཆོགས་འདུ་ལྷན་རྒྱས་སར་ཁྱེ་གཏུགས་  
 སྙན་སེང་བྱང་བས་ཁྲིམས་གཙོད་ནན་པོ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་འདུག་སྟེ། ད་རེས་ལན་གཅིག་  
 ཆོགས་འདུས་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་གནང་ཡོད། སྤད་ཕྱིན་མི་བྱེད་དགུ་བྱེད་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཞོག  
 ཁྱོད་ཀྱི་ཞོར་ལ་སྤྲ་མ་ཡང་ཕྱང་ཡོང་གདལ། ཞེས་བཀའ་བརྒྱུན་དག་པོ་ཐེབས་བྱང་བས། ལན་དུ་  
 ཁང་ཆན་ནས་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་མཛད་རུང་། ཐུན་རང་གི་འདོད་པར་ཁང་ཆན་ནས་ཁྱེ་བ་  
 གཅིག་ལེན་རོགས་བྱས་ན་བསམས་བྱུང་། དེ་གང་ལགས་ཤེ་ན། དེར་ཁྱེ་བ་ཆོག་གསུམ་འབྲུལ་  
 དགོས་བསམ་བྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་བདག་ཚུང་དུའི་དུས་ནས་ཆོགས་ཆོས་ར་དང་དགོན་པ་རྒྱབ་ལ་  
 བཞག་ ཁྲོམ་ར་དང་གྲོང་ཡུལ་པར་དུ་སྤྱངས་ནས་ཕྱོགས་གང་སར་གྱི་སྤྱོན་ལྟར་འབྲམས་ཕྱིན།  
 ལུས་ལ་ཁྲིམ་པའི་ཆས་གོས་ཀྱོན། རྒྱབ་ལ་གྱི་དང་མེ་མདའ་འབྲེ། ཁ་ལ་ཆང་དང་ཐ་མག་  
 འཐེན་པ་སོགས་ཉེ་རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཁྲིམས་སྤྱིག་ལམ་དང་རྒྱབ་འགལ་ཤ་སྟག་བྱས་པ་ཡིན་ཉེ་  
 དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན་དགེ་ཐུན་གཉིས་ནས་ཀྱང་བྱེད་མི་ཆོག་གསུངས་མ་བྱུང་ལ། ཁང་ཆན་  
 ཆོགས་འདུ་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུང་མཁན་མི་འདུག ད་ཆ་སྤྲ་མའི་གསུང་ལུགས་ལ་བལྟས་ན་  
 སྤར་གྱི་བྱ་སྤྱོད་མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་ཁོར་འདུག་སྟུང་དུ་སྤྱ་འགྱོད་ཕྱིས་སྤོམ་བྱེད་རྩིས་ཀྱིས་རི་  
 ཁྱོད་དུ་ཆོས་བྱེད་པར་སོང་བ་ཡིན་ཉེ། དེ་ལ་ཞང་པོ་གཉིས་ཀྱང་སྤྱགས་ཁྲོམ་ནས་ཁང་ཆན་དུ་  
 ཁྱེ་གཏུགས་བྱས། ཁང་ཆན་ནས་ཀྱང་བདག་པོ་བསྐྱོན་འདུག་ན། སྤར་གྱི་བྱེད་སྤྱངས་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་འགྲིགས་ལ། ད་ལྟའི་བྱེད་སྤྱངས་གང་ཡིན་དེ་མི་འགྲིགས་པ་ཐག་གིས་ཆོད་པས། དེ་ལ་

ཁང་ཆོན་དང་ཁང་པོ་ཐུན་མོང་ནས་ཕྱག་རྟགས་འཁོད་པའི་བཀའ་རྟགས་གཅིག་སྟོན་དང་། དེ་  
བཅུན་ཆུང་གཞན་ལའང་བཀའ་སྒྲུབ་ནས་སྤྲད་ཕྱིན་རང་གཞན་ཆང་མས་དེ་སྟོན་ལྟར་མ་ཡིན་པ་  
རྒྱུ་ལྟར་ཆོག་པ་མཐུན་མཐུན་ཞེས་ཞུ་ཅིས་ཡོད་ཀྱང་པས། ཁོ་པ་རྟངས་སངས་ཏེ་ཅི་ལ་བ་འདི་  
ལ་བ་མེད་པར་ལུས་སོང་། དེ་ནས་རིང་མིན་རྒྱལ་ཐང་དགོན་དུ་སྐྱེས་པའི་པོ་ཆེས་ལམ་རིམ་  
བསྐྱེད་དོན་གྱི་བཀའ་འཁོད་ཞིབ་རྒྱས་སུ་བསྐྱེད་བའང་ལེགས་པར་སྟོན་ཅིང་། དེའི་རྩིས་སུ་དོར་  
སེམས་བསྐྱོས་བསྐྱེད་དང་། སྐྱེས་པ་ལྟར་བུ་པ། ཐུན་དུག་ནལ་འབྱོར། ལམ་རིམ་སྐྱེད་ལམ། བདེ་  
མཆོག་ལུ་སྟེ་པའི་བཀའ་དབང་སོགས་སྤྲོད་གོས་ཀྱི་གདམས་པ་མི་ཉུང་ཅམ་སྟོན། དེ་ཁོད་དུ་  
ཆེར་སྤྲོད་ལོང་མ་བྱུང་ཡང་སྤྲོད་པའི་རིང་ལ་སྐྱེད་ཆོས་དང་སྐྱགས་ནས་ལམ་རིམ་ལྷ་ཆུགས་  
ཀྱིས་བསྐྱོས་ཁུལ་བྱས། ཐུན་རང་དོས་ནས་ཆོས་ཕྱིར་སྟོན་གོས་སྐྱོས་བཏང་བྱུང་ཅམ་བྱུང་ཡང་ཨ་  
མས་གཙོས་པའི་ནང་མི་རྣམས་འཆོ་གོས་ཏེ་ཅང་སྐྱོད་པའི་དབང་གིས་ཁོ་ཆོ་སྐྱོས་སོངས་རྒྱ་  
དེ་དཀའ་ལས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་བྱུང་། སྐབས་སྐབས་སུ་སྐྱོ་ལ་འདི་ལྟར་ཡང་འཁོར་ཏེ་ལོ་རྩེ་པོ་  
རྩེ་ལ་སོགས་པས་ནང་མི་སྐྱོས་བཏང་སྟེ། དེར་ནི་རང་གིས་པར་བཏང་སྟོན་ཁོ་ཆོ་སྐྱེད་པོ་  
ཆགས་དོགས་མི་དགོས་པས། ནང་སྤང་རྒྱའི་ཐད་ལ་ནི་སྟོན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་ལས་ཀྱང་ཐུན་དཀའ་  
ལས་ཆེ་བར་འདུག་སྟེ་པ་ཡང་འཆར། དེ་ལྟར་ལྟར་སྐྱེས་པའི་པོ་ཆེ་ནི་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་  
མོས་པ་སོགས་ལག་མཐེལ་གྱི་རྩིས་བཞེན་གཟིགས་པ་ཞིག་བཞུགས་པའི་དོན་གྱིས་མ་ཞུས་  
ཀྱང་མཐུན་ནས་ནང་མི་སྐྱོས་བཏང་མི་བྱུང་ན་ཆོས་ཡོང་བའི་གནས་མེད་ཅེས་ཡང་ཡང་  
གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་མཐར་སྐྱོས་བཏང་བྱུང་ཅམ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནས་ཁང་ཆོན་གྱི་ཁྲིམས་ལ་  
དགོན་པར་གྲུ་ས་བྱས་ནས་ལོ་བཅུ་མ་ལོན་བར་དབུས་ཀྱི་གྲུ་སར་འགོ་མི་ཆོག་ཅིང་། ལོ་བཅུ་  
གཉིས་འགྲངས་ནས་བསྐྱད་ཀྱང་མི་ཆོག་པས་ཐུན་རང་ལོ་ཉིར་གཉིས་སོན་པར་ན་གྲུ་སར་འགོ་  
བའི་དུས་འཁེལ་བར་བརྟེན་སྐྱེས་པའི་པོ་ཆེས་བདག་ཆོང་པ་དང་འགོགས་ནས་བཏང་ཅིས་

གྲིས་ཚོང་དཔོན་སྐལ་བཟང་བཟ་ཤིས་ལ་བྱལ་གཉིས་ཐལ་མོ་བསྐྱངས་ནས་ཁྱོད་གྲིས་ཁོ་ཁྱིད་  
 རོགས་གྲིས་དགེ་བ་ཡོང་གསུངས་ཀྱང་ཀ་ཀོར་ཁྱས་ནས་ཉན་མི་འདུག ཚུལ་དེ་ཁོ་ཐོའི་རྣ་ལམ་  
 དུ་ཐོས་འཕྲལ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་མདུན་དུ་བཅར་ནས་ཁོ་པ་ཚོས་མ་འཁྱིད་ཀྱང་ར་རང་གཅིག་  
 བུ་འགྱོར་པོད་པས་ཐུགས་གཡེང་གནང་མི་དགོས། གང་ལགས་ཤེ་ན། གྲ་སར་བསྐྱེབ་པའི་  
 ལས་དང་སྐལ་བ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི་ཁོ་པ་ཚོས་མ་འཁྱིད་རུང་བསྐྱེབ་མཆི་ལ། གཞན་དུ་ན་འཁྱིད་  
 ཀྱང་མི་སྐྱེབ་པས། དེས་ན་ལས་དང་དཀོན་མཆོག་ལ་སྒྲོ་ཡིངས་གྲིས་བཀལ་ནས་འགྲོ་གི་ཡིན།  
 འཆོ་བ་ཡང་གཞན་ལ་བསྐྱོར་ན་འཕྱུས་པས་ལྟོ་གོས་དང་དདུལ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་འབྱེར་  
 བྱི་མིན། དེར་བརྟེན་སང་གནངས་ནས་མ་འགྱུངས་པར་འགྲོ་ཆོག་པ་མཁྱེན་ཁྱས་པས། ཞལ་  
 ནས། ལམ་ཐག་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་ཁར་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉེན་ཁ་ཡང་ཆེ་བས་ཁྱོད་གཅིག་བྱར་བཏང་  
 སྒྲོས་མི་བཟོད། འོན་ཏེ་ཆོང་པ་དང་མཉམ་ཟེ་མཉམ་འཕྱུང་བྱས་ནས་ཕྱིན་ན་ནི་འགྲོ་སོང་ཆེ་  
 རོགས་དང་བྱ་བ་མང་རོགས་ལས་མེད་པས། འཆོ་བ་ལོགས་ཀ་སྐྱ་བྱས་ནས་ཁོ་ཆོ་དང་མཉམ་  
 དུ་འགྲོ་ཤོག་དང་། དེར་རོགས་རམ་ཅི་དགོས་བྱེད་རོགས་ཟེར་ནས་ངས་མངགས་གཏམ་རྒྱབ་  
 ཆོག་གསུངས་བྱུང་བས་དེ་ལ་དངོས་སྐྱ་བྱེན་ལོག་ཁྱུ་མ་པོད་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་རང་  
 གཅིག་བྱར་འགྲོ་འདོད་ལངས་ནས་ཐབས་མཁས་གྲིས་འདི་ལྟར་ཁྱས་ཏེ། འོ་ན་ཆོང་པ་རྣམས་  
 པར་ཅམ་ཐོན་མ་རན་སྟབས་ཐུན་སྟེན་ལ་སོང་སྟེ་ཁ་བ་དཀར་པོའི་གནས་སྒྲོར་ལ་འགྲོ་ཆོག་པ་  
 མཁྱེན་ཁྱས་པས། དེ་རུང་ཡང་ཆོང་པའི་རྗེས་ལ་མ་ལུས་པ་གྲིས་ཤིག་གསུངས། དེ་ནས་ཨ་མ་  
 དང་སྐུན་མཆེད་སོགས་ལ་བྱང་པོ་བཤད་ན་ཁོ་པ་ཚོས་དུས་ཡོང་བསམས་ནས་རྗེས་མའི་རྟེན་  
 འབྲེལ་དང་གྲ་སྐྱིག་རྒྱ་ཆེ་ཅམ་བྱས་ནས་གྲ་སར་ཐོན་གྱི་ཡིན། དེ་དུས་ཟ་ཟེར་མང་བས་སྒོ་བ་  
 གསོ་རྒྱག་ཡོང་མི་ཡོང་། དེར་བརྟེན་སྒོ་བ་གསོ་གང་ཡིན་དུ་ལན་རྒྱག་གི་ཡིན་པས་ཉོན་ཅིག་  
 བྱས། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་སོགས་རང་གིས་གང་ཤེས་པ་རྣམས་ཞིབ་ཏུ་

བཤད་ནས་མཐུག་ཏུ་བྱེད་ནམས་དགེ་བ་སྣ་གཅིག་ཡིན་ཡང་སྐྱབ་གང་སྐྱབ་དང་། རྟོག་པ་སྣ་  
གཅིག་ཡིན་ཡང་སྤང་གང་སྐྱབ་གིས་ལ། གཙོ་ཐོར་སེམས་བཟང་པོ་གིས་ཞིག་ཅེས་བྱས་པས་  
ཆང་མ་མོས་རབས་བྱང་སོང་། དེ་ནས་སྟོག་སྟོབ་པའི་དགེ་ཆུང་གི་སར་བྱིན་ནས་དེར་སྒྲ་མ་ལ་  
བྱང་པོ་མ་ཞུས་ན་མི་བྱང་བར་བསམས་ཏེ་གསང་བའི་ཚུལ་གིས་ད་ལན་ཐོན་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ཞུས་  
པས། ད་སྤར་འཕྲད་རྒྱུ་མ་རེད་གསུངས་ནས་ཆེར་བཤུམས་པས་ཨ་མ་སོགས་ཆང་མས་རིག་  
སྟེ་རེ་ཞིག་དུ་སྤྲས་ཁེངས་སོང་། དེ་ནས་སྟོའོ་ཆུང་མོ་དགྲུང་ལོ་དགྲུ་བཅུར་ཉེ་བ་ཞིག་བཞུགས་  
པ་དེས་འོ་མ་དཀར་ཡོལ་གང་བཏེག་སྟེ་མཆོད་ཡར་འགའ་མཛད་ནས་སྟོན་ལམ་འདི་ལྟར་  
བཏབ་ཏེ། ཁྱོད་དབུས་གཙང་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བྱིན་ནས་གཞུང་པོ་ཏེ་ལྷས་སྐྱར་གས་བཅིངས།  
སྤགས་རྒྱུ་སྟེ་བཞི་ཉམས་སུ་སྤངས་ཏེ་རང་གཞན་ཡོངས་ལ་བན་ཐོགས་པར་ཤོག་གསུངས་  
ནས་འོ་མ་ལག་ཏུ་གཏད་བྱུང་བས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་བྱུང་ལ་བསམས་ནས་རྟོགས་པར་བཏུང་། དེ་  
ནས་ཁོ་ཆོ་དུ་བ་སོགས་ལ་མ་སྟོས་པར་ཐོན་བྱིན་ནས་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་རི་ཁྱོད་དུ་ཞག་གསུམ་  
བསྟན། སང་ཐོན་རྒྱུའི་དོ་རུབ་ཞལ་ཏ་འདི་ལྟར་བསྟུལ་ཏེ། ཁྱོད་གྲ་སར་བསྐྱེབས་ནས་མཆོན་  
ཉིད་ཀྱི་གཞུང་བལྟས་མ་བལྟས་འདོད་མོས་གིས། དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་མཆོན་ཉིད་ཚོད་པ་མཐོང་  
བ་ན་དེ་ལ་འདུན་པ་ངང་གིས་ཡོང་གིན་འདུག་ན་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་མཆོན་  
ཉིད་སྟོས་ལ། ལྟ་ལུགས་ཀྱང་གང་བྱུང་གིས་མི་ཆོག་པས་འདི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རང་འོག་ཏུ་  
འགྲོ་བ་ས་དང་ཚུ་ལས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་དམའ་ས་བཟུང་ཐོག་ཉིན་རེ་བཞིན་ཡང་གང་ཐོས་པའི་  
དོན་ལ་བསམ། བསམས་པའི་དོན་ལ་བསྟོམས་ཏེ་ཐོས་བསམ་སྟོམ་པ་ལ་བྲལ་དུ་མ་སོང་བ་  
ཞིག་ཅིས་ཀྱང་གལ་ཆེ། ཡང་གཞན་དག་བཟོ་སྦྱང་བྱེད་པ་སོགས་མཐོང་བ་ན་ངས་ནི་འདི་འདྲ་  
ཡོང་བ་མི་འདུག་སྟུམ་དུ་སྦྱིད་ལུག་ཤ་སྟག་སྟེ་ཡི་འདུག་ན་ནི་བག་ཆགས་མེད་པའི་རྟགས་ཡིན་  
པས། ལོ་གཅིག་བསྟན་ནས་པ་ཡུལ་དུ་ལོག་ཤོག་གཞུང་བཀའ་ཐོད་ལྷ་ཞེས་སྟན་གསུམ་ཅན་དེ་

ལ་བག་ཆགས་འཛིག་རྒྱུ་མ་བྱུང་བསམ་པ་ཡང་བྱེད་མ་དགོས། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ཉན་  
 བས་རྒྱུ་ཐོགས་ན་ངས་གཞུང་བཀའ་པོད་ལྔ་ག་མཛུབ་ཁྱིད་བྱས་པས་ཆོག དེ་ལྟར་ཁྱོད་རང་  
 གཅིག་ཤར་གོ་དོན་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་འཁྱིད་ན་ང་རྒྱལ་ཁྱོད་པམ་གྱིས་དགོ་ཅ་བཅོམ་རེས་  
 བྱེད་མི་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་དགོ་མཆན་ཆེ་བ་ཡང་ཡོང་གསུངས། དེར་བརྒྱལ་མཆན་ཉིད་བལྟ་  
 ཟུབ་པ་འདྲ་བྱུང་ཆེ་སྒྲུང་ཆོས་ཆག་མེད་འདོན་ཟུབ་པ་མི་འདུག་པས་དགོངས་འཁྲོལ་ཡོང་བ་  
 མཁྱེན་ཞུས་པས། ཟུགས་ཅུང་ཟད་པམ་ཉམས་ཀྱིས་སྒྲུང་ཆོས་ནི་མཆན་ཉིད་བལྟས་ན་དེ་བས་  
 གྲང་དགོས་གཤམ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད་དེ་གསུངས་པ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མ་གསུངས། ཕྱི་ཉིན་ལྔ་  
 བར་ལངས་ཏེ་སྒྲུབ་དུ་བཅར་བ་ན་མདུད་པ་སྐྱམ་བཅེགས་ཅན་གྱི་སྒྲུང་མདུད་ཅིག་དང་།  
 ལྷགས་སྒྲགས་མང་དུ་བཏབ་པའི་སྒྲུང་ནས་བཅས་བསྐྱལ་ཏེ། འོ་ད་ལན་ཕྱི་སྤྱག་འཆལ་བ་དང་  
 ཡིད་འཕྲེང་བ་སོགས་བྱས་ན་ཉེན་འབྲེལ་འབྱུགས་ཏེ་སྒྲུང་མི་སྤྲད་པའི་རྒྱུར་འགོ་བས་དེ་ལྟར་མི་  
 བྱ་བར་སྒྲ་མའི་ཞབས་དུང་དུ་སྒྲུར་བར་འོངས་རྒྱུ་ཡིན་སྟེ་པའི་དགའ་ཆོར་དང་བཅས་ཏེ་སོང་  
 ཞིག་གསུངས། དེར་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆེ་བཏན་ཅིང་ཞལ་སྒྲུར་དུ་མཇུག་པ་སོགས་ཀྱི་གསོལ་  
 འདེབས་སྒོན་ལམ་གང་ཤེས་ཞུས་ནས་ཕྱི་འགོས་ཀྱིས་ཕྱིན། བདག་སོང་བ་དང་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་  
 ཡང་ཕུ་བྱུད་སྟེང་དུ་ཐེབས་ནས་སྒྲུན་གྱིས་སྒྲེལ་མ་མཛད། མ་གཅིག་བྱ་གཅིག་ཁ་བྲལ་བ་དང་  
 འདྲ་བའི་ཡིད་ལ་གདུང་བ་བྲག་པོ་སྒྲེས་ཀྱང་ཉེན་འབྲེལ་འབྱུགས་དོགས་ཀྱིས་བསྐྱན་བཅུགས་  
 ནས་རི་སྤྱོད་ཞལ་མ་ཡོལ་བ་དེ་སྤྱོད་དུ་ཕྱི་འགོས་ཀྱིས་ཕྱིན་ཏེ་ཞལ་ཡོལ་བ་དང་ཐད་ཀར་ཕྱིན།  
 དེ་ནས་གཙུང་པོ་སྒོ་བཟང་ཡོན་ཏན་ཡང་སྐྱབ་བསྐྱལ་བར་སྐྱེབ་བྱུང་བས་ཁོ་དང་འགོགས་ཏེ་  
 ཞག་གསུམ་ཕྱིན་པས་འཛིལ་ཟེར་བར་བསྐྱེབས། དེར་ཉིན་ཁ་ཤས་ངལ་བསོས་ཏེ་འགོ་ཕྱིས་  
 བྱས་པས་གཙུང་པོ་ན་རེ། ད་དུང་ཆོར་ཅག་ཅིག་སྐྱབ་བྱ་ཡོད་པ་བྲིན་མ་སོང་བས་ཞག་གཅིག་  
 གཉིས་སྟོད་རོགས་ཀྱིས། གང་ལགས་ཤེ་ན། རབ་ལ་ཁྱོད་མ་སོང་གོང་དུ་སྐྱབ་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་

པའམ། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཡང་མཉམ་དུ་ཁ་གྲུས་ན་ལས་དེ་མིན་ཁྱོད་སྟོན་ལ་སོང་ན་ང་  
སེམས་སྐྱོན་ས་མིའི་ལུང་པར་ཚུ་ཆོད་སྐར་མ་གཅིག་ཀྱང་སྟོན་ཅུས་པར་མི་འདུག་ཟེར་བྱུང་བ་  
ལ། ངས་སྟོན་ཡོངས་མེད། ད་ལྟ་རང་འགོ་གི་ཡིན་བྱས་མ་ཉན་པའི་ཆེ་ཁོ་སྟོ་པམ་ནས་ཡུད་ཅུ་  
རིང་ལ་མཆི་མས་བརྒྱུད་ཏེ་ཁ་ཡང་གྲག་མ་བྱུང། དེ་ནས་མིག་ཚུ་ལྷུང་ལྷུང་གཏོང་བཞིན་དུ་ཡི་  
འདུག་པས། ཁོའི་རོགས་པ་བྲ་པ་གཅིག་འདུག་པ་དེ་ཡང་དུས་ནས་ཐན་ལ་ཉིན་ཤིས་སྟོན་  
རོགས་ཟེར་ནས་ཁྱེད་པ་འཐེན་གྱི་འདུག་ཀྱང་ངས་མ་ཉན་པར་བྱིན། ཁ་བ་དཀར་པོའི་གནས་སྐྱོར་  
བ་ལ་འཛོལ་གཤམ་ནས་འགོ་དགོས་པར་བརྟེན་ངའི་ཁྱིམ་པོ་གཙུང་པོས་འབྱེད་ནས་མ་ཆད་དུ་  
བསྐྱལ་བར་ཡོང་། དེ་ནས་ཁ་གྲུས་ཁར་དུ་བཞིན་དུ་ཡོ་གཅིག་ནས་པ་ཡུལ་དུ་ཅིས་ཀྱང་ཡོག་  
ཡོང་རོགས་གྱིས་ཟེར་བྱུང་བར་ངས་ཀྱང་ཁས་སྐྱེད་པའི་ཐོལ་བྱས། དེ་ནས་སོང་སྟེ་རྒྱུང་  
གྲགས་བྱེད་ཅུ་པ་བསྐྱེད་པ་ན་བྱི་མིག་ཅིག་བལྟས་པས་ཁོ་ད་དུང་ཡང་སྤར་གྱི་ས་དེ་གར་ཐན་  
ལ་ལྟ་བཞིན་དུ་ཀྱོང་ངར་ལངས་ཏེ་བསྐད་འདུག་པས། དེ་མཐོང་བ་ན་གཞི་ནས་ང་རང་ཡང་  
སེམས་སྐྱོན་ས་མཆི་མ་མང་པོ་ཡོད་བྱུང་། རྒྱན་གཏན་ཨ་མ་དང་སྤྱན་མཆེད་སོགས་ལ་བཅེ་  
གདུང་ཆེ་ལུགས་གྱི་ཅིས་བཏང་ན་ཁོ་ཆོ་དང་གཏན་དུ་ཁ་བྲལ་བའི་ཆེ་བཟོད་སྐྱགས་མེད་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་དགོས་ཆོད་དུ་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལན་མ་གཏོགས་སྐྱོ་སྤང་གང་ཡང་  
མ་བྱུང་བ་ནི་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱལས་སུ་མངོན། དེ་ནས་རང་གཅིག་ལུ་ལམ་དུ་ཁྱེད་ཏེ་བྱིན་པས་  
ཐོག་མར་མཆོད་རྟེན་དཀར་ཀྱོང་ཟེར་བ་མཇུག་ཏེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱུས་གྱི་དབྱ་སྐྱ་རང་བྱུང་དུ་  
འབྱུངས་པར་གྲགས་པའི་ས་རྩོ་གྲེན་སྤྱལས་སུ་ཀྱོང་ངར་ལངས་པ་དུ་མས་མཐའ་བསྐྱོར་བ་ཞིག་  
འདུག དེ་ནས་ཡ་ཆད་དུ་བྱིན་པ་ན་རྩོ་པོ་ནས་མཁའ་བཟུ་ཤིས་ཞེས་གྲགས་པའི་རྟེན་བྱིན་  
རྒྱལས་ཅན་ཞིག་བཞུགས་འདུག་པ་དེ་མཇུག། དེར་སྤྱང་མོ་ཞིག་གསོལ་འདེབས་སྟོན་ལམ་དང་  
སྤྱགས་ནས་ཕུག་འཆལ་ཞིང་འདུག་པ་མཐོང་ཅུ་ནས་དད་པའི་སྤྱ་ཡོང་གཡོས་ཏེ་མཆི་མ་



དབང་མེད་དུ་ཞོར། དེ་རྗེས་ཁྱོད་པ་ཡུལ་གང་ནས་ཡིན་བྱས་པས། གང་ཡིན་ཆ་མེད། གང་  
ལགས་ཞེ་ན། རྒྱུ་དུས་ནས་པ་མས་གནས་སྒྲོར་ལ་འཁྲིད་དེ་མི་ཆེ་བསྐྱལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བ་  
དང་། ད་དུང་ཁྱོད་རང་གཅིག་ཤུར་གྱ་སར་བྱིན་ན་དགོང་མོ་གནས་ཆང་གང་དུ་བསྐྱད་ན་ལེགས་  
པ་སོགས་ཞལ་ཏ་གནད་ཆེ་བ་དུ་མ་ཞིག་གནད་བྱུང་བས། རྗེས་སུ་བསམས་ན་བྱུད་མེད་རང་  
འགའ་བ་ཞིག་ཨེ་ཡིན་ནམ་སྟེ། དེར་གནས་མཇལ་ཞུས་ཏེ་དེ་ལོ་མཐོན་པོ་དེ་བཞུལ་ནས་ཐུར་  
གཟར་པོ་ཞིན་ཏུ་རིང་བ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་བབ་བྱིན་པས་བརྟ་ཆུ་ཁར་བསྐྱེབས། རྒྱ་སྐྱུང་ཆེན་པོ་  
དྲག་ཏུ་འབབ་པ་དེ་ལ་སྐྱུག་མ་ལྟས་པའི་འདྲེན་ཐག་ཅིག་འདུག་གི་དེ་མིན་གོ་བ་དང་ཟམ་པ་  
སོགས་གང་ཡང་མི་འདུག རྒྱའི་པ་རིང་ཡ་ཆད་ཅམ་ན་གྲོང་ཆོ་འགའ་དེ་འདུག་པས། དེ་ནས་  
བསུ་མཁན་ཞིག་ཡོང་ཤག་གིས་བརྟ་བཏང་ཡང་ཡོང་མཁན་མི་འདུག་ལ། ཉི་མ་ཡང་བྱི་མོར་  
སོང་བས། ད་དོ་དགོང་རང་གཅིག་ཤུ་རྒྱ་འགྲམ་འདིར་ལུས་པར་འདུག་བསམས་ནས་ཇ་གཅིག་  
བསྒྲོལ། ཇ་འཁོལ་ནས་འཐུང་གྲབས་བྱས་པ་ན་སྒོ་བྱར་དུ་མི་པོ་གསར་གཟིག་འབྲ་བ་གཉིས་  
འཁྲིས་སུ་སྐྱེབ་བྱུང་བས། ཁྱེད་གཉིས་གར་འགོ་བྱས་པས་རྒྱ་པ་ཁར་འགོ་ཟེར། འོ་ན་ཁྱོད་  
གཉིས་བསུ་མི་ཡོང་གི་རེད་དམ་བྱས་པས། བསུ་མཁན་མི་དགོས་འདྲེན་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོ་ཆས་  
ཆང་མ་རེད་གཉིས་ལ་ཡོད་ཟེར་ནས་མིག་ལ་བསྟན་བྱུང་། འོ་ན་ང་ཡང་འཁྲིད་དང་བྱས་པས་  
བྱུང་ཟེར། དེ་ནས་ཁོ་པ་གཉིས་ལ་ཇ་སྐྱུག་ཅིས་བྱས་པ་ན་ཇ་འཐུང་ལོངས་མི་འདུག་ས་བྱུབ་  
གྲབས་འདུག་པས་མགྲོགས་པོ་འགོ་ཟེར་ནས་གཅིག་གིས་ངའི་ཁྲིས་པོ་རྒྱབ་ལ་འཁུར་ནས་  
འདྲེན་བཏང་སྟེ་ཤར་གྱིས་བྱིན་སོང་། གཅིག་ཤོས་དེས་ངས་འདྲེན་གཏང་གི་ཁྱོད་ངའི་ཐག་པ་ལ་  
འཇུས་ཤིག་ཟེར་བྱུང་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་དེ་སྟོན་འདྲེན་ལ་འགོ་སྟོང་མེད་པ་དང་། གཉིས་སུ་རྒྱའི་རྩ་  
རྒྱབས་འཚུབ་ཅིང་གཡང་གཟར་བ་དང་། གསུམ་དུ་མི་དེའི་ཆ་རྒྱས་མེད་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་  
འགྲོར་མི་པོ་དེ་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ་སྤྱིང་འདར་བཞིན་དུ་ཁོ་ལ་སྐྱས་པ། ངས་ཐག་

པར་འཇུག་ལྟམ་བྱས་ན་རྩལ་ཏུ་སྦྱངས་ཏེ་ཆུས་འབྱེད་བ་ལས་འོས་མི་འདུག་གི་དེ་བས་ཁྱོད་ཐག་  
པར་འཇུག་དང་ངས་བཏང་གི་ཟེར་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱིས་རྩ་བ་ནས་ཡོང་གི་མ་རེད། དེ་  
ལས་ངས་སློག་ཁག་འཁུར་ཆོག་ཟེར་བྱུང་ཡང་། ད་དུང་ཀ་ཀོར་མང་ཙམ་བཤད་ནས་མཐར་སྐྱ་  
མ་རེན་སོ་ཆེས་བསྐྱལ་བའི་བྱག་ནས་འབྲུ་ཁ་ཤས་ཁྱུར་མིད་བཏང་། ཁ་ཤས་རྒྱུར་འཕངས་ཏེ་ད་  
ཐོངས་ཤིག་བྱས་པས་ཐོག་མར་རྒྱུང་བ་ས་ལ་རེག་ཙམ་རེག་ཙམ་བྱིན་ཏེ་གཡང་སར་སླེབ་པ་  
དང་ཡུད་ཀྱིས་སྦྱངས་སོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་འདྲན་ཐག་སྟེང་ནས་དུ་བ་འཕྱར་བཞིན་པར་སིད་  
སྒྲ་དང་བཅས་ཏེ་མིག་ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལ་རྒྱའི་པ་རོལ་ཏུ་བསྐྱེབས། དེར་བསྐྱེབས་ནས་ཁོ་པ་  
གཉིས་ལ་རྩན་པ་ཞིག་སྟེར་ཅིས་བྱས་ཀྱང་ལེན་གྱི་མི་འདུག དེ་ནས་ཁོ་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱི་བཞིན་  
དུ་སོང་བས་ལྷ་ཁང་གོག་སོ་ཞིག་བསྟན་ནས་འདི་ན་སྟོག་པག་མོའི་གནས་ཟེར་བ་ཡིན། རོ་བུ་བ་  
འདིར་དགོན་གཉིད་ལ་གནས་ཆང་གཡར་ནས་འདུག་ཅིག་ཟེར་ཏེ་གཤེད་དུ་སོང་ངོ་། མི་དེ་  
གཉིས་ནི་སློ་བྱར་དུ་བྱུང་བ་དང་། སྐ་རྩན་མི་ལེན་པ་དང་། ངང་རྒྱད་རིང་བ་དང་། བྱིས་གར་  
སོང་དང་འདིར་སོང་མེད་ལུགས་སོགས་ལ་བསམས་ན་སྦྱལ་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྦྱམ་མོ། དེ་  
ནས་ནགས་ཆལ་སྦྱག་སོ་འབྲིགས་པའི་རི་མཐོན་སོ་ཞིག་བརྒྱད་དེ་སོང་བས་ནམ་ཞིག་ན་ཞིང་  
ལས་བྱེད་མི་འགའ་ཞིག་དང་འཕྲད། དེར་གནས་ཆང་ཞིག་གཡར་དང་བྱས་པས་མི་གཅིག་  
གིས་མཇུབ་མོ་བཅུགས་ནས་བྲིམ་པ་གིར་སོང་ལ་སྟོད་ཅིག་དང་ང་ཆོ་མཆོགས་སོ་བསྐྱེབ་ཡོང་  
ཟེར་བས། བྲིམ་དེར་འཇུག་བྱིན་པས་ནང་གི་པ་རྒན་སོ་ནག་ཁུང་དུ་བསྐྱད་འདུག་པ་ལ་རྒྱ་  
མཆན་བཤད་པས་ཁོ་པའི་གལ་འོག་ཏུ་སྟོད་ཟེར་ཏེ་སྟོན་མེ་ཞིག་སྤར་སོང་བས་ངའི་ལུས་ལ་བྲ་  
ཆས་གྲོན་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་འདུག་སའི་འོག་གི་གདན་བྱུངས་ཏེ་ཕྱན་ལ་བསྐྱབ་སྟེ་ཁོ་པའི་གལ་  
གོང་དུ་བཞག་བྱུང་། དེ་ནས་ཡུན་རིང་མི་འགོར་བར་ལས་མི་རྣམས་སླེབ་བྱུང་བས་ནང་གི་ཨ་  
མ་དེས་ང་མཐོང་བ་དང་དག་ཏུ་དུས་ནས་བརྗོད་རིགས་སུ་གྱུས་མོའི་མེས་སོ་རི་ཁྱོད་པ་ཆད་

ལྷན་ཞིག་ཡོད་དེ་སྐྱེ་གཤེགས་ནས་ཆོ་བ་གཅིག་ཙམ་ཕྱིན་སོང་། ཁྱོད་ནི་ཁོང་དང་དབར་བ་ཤུས་  
 ལྷ་བུ་ཞིག་འདུག་པས་མེས་པོའི་ཆབ་བྱས་ནས་ང་ཚོའི་རི་ཁོད་དུ་བཞུགས་རོགས་གིས། མི་  
 ཚོའི་རིང་སྤྱིན་བདག་ཞུས་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཤུ་ཚུགས་མཐའ་ལ་བསྐྱུལ་བྱུང་ཡང་ཁས་མ་  
 གྲངས། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཁ་བ་དཀར་པོའི་གནས་སྟེ་བ་ཤར་སྤེགས་བམ་ཟེར་བ་དང་། ཚུ་བ་འཕྱར་  
 ཟེར་བ་སོགས་མཇལ་བར་བསྐྱོད་ཅིས་བྱས་པས་གནས་ཆང་ནས་མི་རྒྱས་ཡོད་གཅིག་རོགས་  
 ལ་བཏང་གི་ཟེར་བ་ལ་མི་དགོས་བྱས་ང་རང་གཅིག་བྱར་ཕྱིན་པས་ཐོག་མར་སྤྲ་ཁང་འབྲ་བ་  
 འགའ་རེ་འདུག་པ་ནམས་མཇལ། དེ་ནས་ཟེལ་དངངས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ནགས་ཆལ་སྐྱུག་པོའི་  
 དབུས་སུ་ཞུགས་ཏེ་ཕྱིན་ཕྱིན་པས་གངས་རི་མཐོ་ལ་བརྗེད་ཆགས་པ་ཤེལ་གྱི་ལྷན་པོ་འབྲ་བ་  
 ཞིག་གི་བྱང་དུ་སྤེལ་སྟེ། ཁ་བ་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་མཆོན་འདོགས་ས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་འདུག་  
 ཅིང་། དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་ཕོ་བྱང་དངོས་ཡིན་པར་བྲགས་སོང་། དེའི་གཤམ་དུ་  
 བག་གཡང་གཟར་པོའི་ངོས་ནས་ཚུ་ཞིག་ལྷུང་བ་ལ་ཚུ་བ་འཕྱར་ཟེར་ཏེ། གནས་མཇལ་བ་ལ་ལ་  
 དེར་སྤེལ་དུས་ཐོག་མར་ཚུ་མེད་པ་ལ་བྲག་འཆལ་ཞིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན་དེ་མ་ཐག་ཚུ་ལྷུང་  
 ལྷུང་བབ་ཡོང་བ་དང་། ཡང་མི་སྤྲིག་ཆེན་འགའ་ཞིག་དེར་སྤེལ་ན་ཚུ་རྒྱག་འཕྲོ་ལ་ཤེན་དུ་ཕྱོག་  
 སྟེ་ཆད་འགྲོ་བ་སོགས་མཐོང་ཚུལ་སྤྲ་ཚོགས་ཤིག་འོང་སྐད་འདུག་ཀྱང་ཐམ་དེར་སྤེལ་དུས་བྲག་  
 འོས་ནས་ཚུ་རྒྱག་བཞིན་འདུག་པས་ཁྱས་ཤིག་ཤེད་བསམས་ཏེ་འཁྲིམ་སུ་ཕྱིན་པ་ན་འཕྱར་  
 འཕྱར་ཟེར་བའི་སྤྱོད་དང་འབབ་ཤུགས་ཆེས་པའི་དབང་གིས་དེའི་དཀྱིལ་དུ་ལངས་ཏེ་ཡུད་ཙམ་  
 ལས་སྡོད་བྱབ་མ་བྱུང་། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་དྲུང་སྐྱབ་བྲག་དང་སྐྱབ་ཚུ་རང་བྱོན་སོགས་ངོ་  
 མཆར་བ་མང་པོ་ཞིག་མཇལ་ཚུ་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ཆ་རྒྱས་མེད་པར་བརྟེན་མཇལ་བྱབ་མི་འདུག་  
 དེ་ནས་སྤར་འཁོར་ཏེ་འགྲོ་ཅིས་བྱས་པ་ན་གནས་ཆང་དེའི་མི་ཐམས་ཅད་དུས་ཏེ་མ་མཐར་ཆོ་  
 བ་གཅིག་སྡོད་རོགས་ཟེར་ཡང་མ་ཉན་པར་ཐོན་ཕྱིན། ཁོ་ཆོས་ངེད་ལ་དེ་ཙམ་དུ་མོས་པོ་བྱེད་

པའི་རྒྱ་མཚན་ངས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཐར་ཐོར་བཤད་པ་དང་། སྤྱིར་ཆོས་བརྟོན་ནས་མཐུལ་  
ཕྱལ་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་འདུག འདི་ཙམ་དུ་མ་ཟད་བྱིས་གང་དུ་སླེབ་ཀྱང་སྤང་པོ་  
གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་གྲལ་གོང་ལ་བཞག་ནས་ལྟོ་སྟེར་བ་སོགས་སྤྱིར་དགའ་མོས་བྱེད་  
པ་ཤིང་སྟག་བྱང་སྟེ་དེ་ནི་ལུས་ལ་གྲུ་ཆས་ཀྱིན་པ་དང་། དག་ནས་ཁ་བརྟོན་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱིས་  
ཡིན་འདུག་པས་ལས་འབྲས་དང་དགོན་མཆོག་གི་སྤྱགས་རྩེ་ལ་ཡིད་ལྷག་པར་ཆེས། དེ་ནས་  
རིམ་གྱིས་བེ་ལུང་དགོན་སྟོད་དགོན་སྟོད་ཟེར་བ་སོགས་ཁ་བ་དཀར་པོའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་  
པའི་གནས་རྣམས་མཇུག་ཏེ་སྤྱན་རི་ལོད་ཟེར་བར་བསྐྱེབས། དེར་ཞག་གཅིག་བསྟན་ནས་ཕྱི་  
ཉིན་འཛེལ་ཤོག་ལ་ཟེར་བའི་རི་ཆེན་པོ་དེ་ལ་འཛེགས་ཕྱིན་པས་རི་དེ་ཏུ་ཅང་མཐོ་བའི་སྟབས་  
ཀྱིས་ཉིན་གཅིག་ལ་བརྒྱལ་མི་སྐྱབ་པར་རི་སྟོད་ཙམ་དུ་ང་རང་གཅིག་ཕྱར་ཞག་གཅིག་ལུས། ཕྱི་  
ཉིན་ལ་དེ་རྒྱབ་ནས་སོང་བས་མར་ཙམ་སླེབ་པ་ན་སྐྱ་མ་བྲན་ཏེ་མིག་རྒྱ་མང་པོ་ཤོར་བ་ནི་སྤྱར་  
མི་མཇུག་པའི་ཏྲགས་སུ་གོ། དེ་ནས་ཉིན་ཤས་སོང་མཆམས་ཆ་བ་ཕྱལ་ཏྲག་དགོན་དུ་  
བསྐྱེབས། དེར་གྲུ་ཤག་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྒོ་འགྲམ་ནས་ཀན་ལགས་ཞེས་བོས་པས། བར་ཐོག་  
ནས་གྲུ་པ་རྩེག་པོ་ཞིག་གིས་སུ་ཡིན་ཡར་ཤོག་དང་ཟེར། དེ་ནས་སྒོ་ཕྱིས་ཏེ་ནང་དུ་སོང་བས་  
ཁྱོད་ལ་ཁོ་བོའི་མིང་བཤད་མཁན་སུ་བྱུང་ཟེར། སུ་ཡང་མ་བྱུང་ལགས་བྱས་པས། འོ་ན་གང་  
ཡིན་ནམ། ཁོ་བོ་མཆོད་ཁང་དུ་རྣལ་འབྱོར་མའི་བདག་བསྐྱེད་བརྟོན་བཞིན་ཡོད་པ་ལ་ཀན་ཡི་  
ཤེས་དབང་རྒྱལ་ཞེས་པའི་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཞིག་ལྷང་གིས་ཐོས་ཏེ་དེ་འགྲུལ་རང་དབང་མེད་  
པར་ལངས་དགོས་བྱུང་། མི་ཆེའི་རིང་ལ་ད་ལན་མ་གཏོགས་བདག་བསྐྱེད་འགོ་བརྩུགས་ནས་  
མཇུག་མ་བསྐྱལ་བར་ལངས་རྒྱ་ལྟོ་ཞོག་གི་ཁ་ཡང་གྲག་མ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཏེ་ཟེར་ནས་ཡ་མཚན་  
ཉམས་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་ཁོང་དང་ལམ་རིམ་སྒོ་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་མོལ་བྱས་པས་ཤིན་ཏུ་  
དགའ་ནས་དེར་འདུག་རིང་སྤྱི་མའི་རྒྱལ་དུ་བཟའ་བཏུང་གུ་ལོམ་པ་བྱིན། དེ་ནས་པར་ཙམ་སྟོད་

ཟེར་ཡང་མ་ཉན་པར་ཐོན་ཕྱིན་ཏེ་བདུན་ཕྱག་གཅིག་ཙམ་ནས་ཆ་བ་སྒྲོམ་མདའ་ཟེར་བར་  
 བསྐྱེབས། དེར་པ་ཡུལ་གཅིག་པ་གྲང་དམར་ཆོས་མཛད་ལགས་རྒྱལ་ཐང་དགོན་པའི་ཆ་བ་  
 བྱས་ཏེ་ཡ་རྒྱལ་བ་སྐྱེ་འབྱེད་བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོར་ཁྲི་འབྲུལ་སྤམ་མཐོ་བ་ལེགས་པར་སྤུལ་བྱུབ་  
 བས་གནང་སྐྱེས་སུ་སྐྱེ་འབྱེད་བཅུ་གསུམ་བ་ཆེན་པོའི་འདྲ་སྐྱེ་རྒྱ་དུལ་རྒྱག་མ་ལས་བྱུབ་པ་མི་  
 ཆད་ཙམ་པ་གཅིག་གིས་མཆོན་སྲིད་ན་དགོན་པ་དུ་མ་བསྐྱེད་བ་རྣམས་བསྐྱེད་ཏེ་ཕྱིར་འཁོར་  
 བས་རེ་ཞིག་ངལ་བསོས་ཏེ་བསྐྱད་འདུག་པ་དང་འབྲད། དེར་ཁོང་དཔོན་གཡོག་རྣམས་ནས་  
 བརྗོད་དོན་ལ་ད་པ་ཡུལ་གཅིག་པའི་འབྲུལ་པ་དང་། བྲ་རྒྱུན་རྣམས་སྐྱེབ་ཉེར་ཡོད་པས་འདིར་  
 ཁོ་ཆོ་བསྐྱུག་ནས་མཉམ་དུ་སོང་དང་། དེ་མིན་ན་སྲོག་འགོ་ཐོན་མི་ཡོང་ཟེར་ཡང་མ་ཉན་པར་ང་  
 རང་གཅིག་ཕྱར་ཕྱིན་ཏེ་སྐབས་དེར་དགོང་མོ་འབྲུལ་པ་དང་ཐུག་དུས་དེ་དག་གི་འཁྲིས་སུ་ཉལ།  
 སྐབས་རེར་མི་མེད་ཕྱང་སྟོང་དུ་ཉལ་བ་སོགས་གར་སྐྱིད་ལ་པ་ཡུལ་དང་། སུ་བྱམས་ལ་པ་མ་  
 ཟེར་བའི་ཚུལ་དུ་ཅི་བདེར་ཕྱིན་པས་སྐྱིད་སྤང་ཆེན་པོ་བྱུང་། དེ་ནས་དགའ་ལྡན་ལ་གཤམ་དུ་  
 སྐྱེབ་པ་ན་རྒྱ་བོ་འགའ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་དགེ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་དུ་ཆོས་མཛུལ་ལ་  
 ཕྱིན། གསེར་སྟོང་ཆེན་པོས་གཙོར་བྱས་ཏེན་གསུམ་ཕྱིན་རྒྱབས་ཅན་མཐའ་སྐྱུས་པར་བཞུགས་  
 པ་རྣམས་ཞིབ་དུ་མཛུལ། ཕྱི་ཉིན་དེ་ནས་སོང་སྟེ་ཆལ་གྲང་ཐང་དུ་གནས་མལ་བཅས། དེའི་རུབ་  
 མོར་འབྲས་ཕུ་ཁང་གི་སྤང་མས་བསུར་འོངས་པའི་མི་ཉམས་བྱུང་། དེ་ལྟར་སྐྱེ་ཡུལ་ནས་རྐང་ཐང་  
 མར་རྒྱ་བ་གསུམ་མ་ཟེན་ཙམ་དཀའ་ཆེགས་ཆེན་པོས་འོངས་པའི་མཐར་གཞི་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་  
 ས་ལྟ་ལྡན་དུ་འབྱོར། ཡོང་བོ་ཤུག་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་སྐུལ་པའི་ཏེན་གསུམ་ནམ་མཁའི་  
 སྐར་ཆོགས་ལ་ཙེ་འདྲི་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་པ་ཞིབ་དུ་མཛུལ་ཏེ་གསོལ་བ་སྒྲོན་ལམ་འཁྱུགས་  
 དག་དུ་བཏབ། ལྟག་པར་ཡོང་བོ་རིན་པོ་ཆེ་མཛུལ་རེས་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་འབྲོ་བའི་དོན་དུ་  
 རང་སྟོག་སྒྲོས་གཏོང་བུས་པར་ཤོག་ཅེས་པའི་སྒྲོན་ཆོག་ཅིག་ཁ་ནས་ལན་མང་ཐལ་བ་ད་ལྟའང་

བློ་གྲི་འདུག དེ་ནས་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་འབྲས་སྤངས་སུ་ཕྱིན། རོ་བ་ཁྱད་སྡོམ་གྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་  
པས་དེར་ཁྱེད་ཀྱི་དགེ་བ་ལེས་སྡོམ་བཟང་བསྟན་འཛིན་ཁག་འབྲུག་དགེ་ཆུན་དུ་བསྟེན། དགེ་  
སྤྱུག་གཞན་དག་གིས་ནི་ཁོང་ལ་ལག་ཉག་སྤྲོད་དང་། དདུལ་བཅོལ་རྒྱ་སོགས་མང་པོ་འདུག་མོད་  
ཀྱང་། བདག་ནི་དདུལ་ཞིང་སོངས་པས་དདུལ་པར་བཅོལ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་འབྲས་ཀྱི་འཆོ་གོས་  
སོགས་གང་ས་ཅི་ཐད་ནས་རྒྱུར་འགོ་འདོན་པ་བྱུང་། དེ་ལྟར་དགེ་སྤྱུག་རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་  
འཕྱོར་བ་ཆེ་རྒྱུ་སོགས་སྣ་ཆོག་ལོད་མོད་ཀྱང་། དགེ་ཆུན་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་ཀྱུན་  
ལ་སྤྱུགས་སྡོམ་ཞིང་དམན་ལ་སྤྱུག་པར་བཅེ་བ་ནི་སེམས་དཔའི་རྣམ་ཐར་རོ། ཆུན་དམ་པ་ཁོང་  
མེན་ན་སྤྱང་པོ་བདག་ལྟ་བུ་ནི་གྲ་སར་ཆགས་པའི་གནས་མེད་པས་སྤྱི་ཤིན་ལ་འཁོར་མཐའ་མ་  
མཆིས་སོ། ། གྲ་སར་སླེབ་འབྲས་ཆོས་ཐོགས་སྡོམ་བཟང་བཀྲ་ཤིས་དང་དེད་གཉིས་ལ་སྤྱུགས་རྩེ་  
ཁྱི་བྱང་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱི་མདུན་དུ་བཅར་ནས་ཁམས་སུ་སོང་ནས་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་འབྲིས་སུ་  
ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་སྡོད་པ་དང་། གྲ་སར་བསྐྱད་ནས་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་སློབ་གཉེར་བྱས་པ་  
གང་བཟང་སྤྱུགས་དམ་ཁྱུས་པས། སྤན་ལ་ཁྱོད་ནི་ཁམས་སུ་སོང་ནའང་ཨང་གི་དང་པོ་ཡོང་  
བར་འདུག་ཅེས་དང་། སྡོམ་བཀྲ་ཁྱོད་གྲ་སར་བསྐྱད་ན་བར་ཆད་ཆེ་བར་འདུག་པས་ཁམས་སུ་  
སོང་ཞིག་ཅེས་ཐེབས། དེ་ནས་ངས་སྤྱང་ཡང་པར་ཕྱིན་ལོ་ཤས་བཟུས་ནས་ཁམས་སུ་སོང་ན་  
ལེགས་སམ་ཁྱུས་པས། འོ་དེ་ལེགས་འདུག་གསུངས། དེ་ནས་གྲ་སར་སླེབ་པའི་ལོ་དེའི་དགུན་  
ཁར་ལྷང་དགུན་ཆོས་སུ་ཕྱིན། དེར་ཞལ་སྤྱ་ནས་བྱུ་བ་བསྟན་འཛིན་གས་བྲལ་མཆོག་དགེ་ཆུན་དུ་  
བསྟེན་ཏེ་བསྐྱུས་གྲ་ལ་སྤྱངས་པས་རིགས་ལམ་ཕྱོགས་འགོ་ཙམ་ཆགས། འཛིན་གྲའི་ནང་ནས་  
རིག་པ་བྲགས་ཤོས་སུ་བྱེད་པ་བྱུང་ཡང་ད་བསམས་ན་རིགས་ལམ་སྣ་གཅིག་ཀྱང་དཔྱིས་ཕྱིན་  
པ་ནི་ཤེས་མི་འདུག དེ་དུས་གདན་ས་སོ་སོ་ནས་ཐེབས་པའི་གྲ་ཆོག་ཆེ་ཞིང་ཅོད་པ་སྤྱང་བ་  
དང་། མཁས་པའི་དབང་སོ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་མོས་གུས་ཆེན་པོ་སྤྲེས། དེ་



དུས་སྐབས་ཀྱི་ལོ་གསུམ་དང་རྒྱ་ལོ་གསུམ་གྱི་ལོ་གསུམ་ནས། རྣམ་ཐུན་པར་ཡོལ་ནས་སང་གི་ཐོ་རེད་ས་  
 ཅམ་གྱི་བར་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས། རྣམ་དུས་ཤིན་ཏུ་གང་བའི་ཁར་གྲུ་སར་ལོ་རྒྱུད་རྣམས་  
 མཆོན་གང་ཁར་བའི་ཕྱི་ལོ་གསུམ་སྤྱད་ནས་སྦྱོར་སྦྱངས་དང་ཚོད་པ་ཁུར་ཆེས་ཆེས་དུ་ཚོད་པ་  
 ལས་རང་དགར་བསྐྱད་པ་མེད། དེ་ཡང་གཟན་སྟེན་པ་ལ་དགྲིས་ཏེ་རྒྱ་བཟོ་ལག་བཟོ་བྱེད་  
 ཚུལ་དུ་ཚོད་པ་ཡུན་རིང་ཚོད་དགོས་པ་དང་། གང་རང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་གཉིས་འདོམས་པའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱ་ལོ་གསུམ་གསུམ་ཏེ་ཁག་དང་རྒྱ་མེད་སྤྱད་པ་སོགས་ཏེ་སྐབས་དེའི་སློབ་  
 གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་སྟོང་རུས་ཅི་ལྟར་བྱེད་པ་ཅམ་ནི་སྦྱིད་འདོད་ཅན་གྱིས་མནལ་  
 ལམ་དུ་འདྲུབ་བྱ་དགའོ།། སྐབས་དེའི་འཆོ་བ་ནི་ཁང་ཆོན་གྲུ་ཆོང་གང་དུ་སོང་ཡང་པལ་ཆེར་ར་  
 ཐང་སྤྱོད་མེད་པའི་ཞིག་ལས་མེད་པས་ཀྱན་ཀྱང་ཤ་སྐྱམ་སྤྲུགས་སྐྱམ་ལ་འགྲོའོ།། ལྷན་དགུན་  
 ཆོས་ནས་རྒྱུར་འཁོར་འཕྲལ་ཁང་ཆོན་དུ་ཚོད་རྒྱུག་འབྲལ་དགོས་པས་གཞན་དག་འཛིགས་སྤང་  
 བྱེད་ཀྱང་ཁོ་ལོ་ལ་ནི་དངངས་སྤྲུག་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། དེ་དུས་ལོ་ན་ཐ་བ་དང་དགོར་གྱིས་མ་  
 སྤྲུགས་པས་བྱས་པ་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་དགོ་ཆུན་ནས་གསུངས་པ་དང་རང་གིས་དཔེ་ཆ་ལྟ་བ་  
 སོགས་ཀྱི་ཆེན་ལན་རེ་བྱུང་ཁོ་ནས་སློ་ལ་རེས་ཤིང་ངག་ནས་ཤར་ཤར་བསྐྱོར་སྐབས་པ་ཡོད། ར་  
 སྟོང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་མཛད་པའི་ཡ་རྒྱལ་བའི་ཡ་ཞབས་བཟོན་རྒྱས་པ་དེ་ཉིན་བྱེད་ལས་མ་འགོར་  
 བར་སློ་ལ་འཇགས་འདུག་པ་ལ་བལྟས་ན་སྤྱུག་རུས་བྱས་ཆེ་པར་བྱིན་སྦྱོར་འོན་སོགས་ནི་ཉིན་  
 རེར་ཤོག་བྱ་བཅུ་རེ་ཅམ་ཡང་འཛིན་སྐབས་ཆོད་དུ་གདའོ། དེ་ལྟར་ནའང་གཉིད་རྒྱུགས་དང་ལེ་  
 ལོའི་དབང་གིས་ད་ལྟ་ཤོག་སྟེ་བཅུ་སྟོར་ཅམ་ཡང་བསྐྱོར་རྒྱ་མེད་པ་ནི་རོ་ཆ་བའི་གནས་  
 སོ།། རང་ལོ་ཉེར་གསུམ་ལ་སོན་པ་ན་རིགས་ལམ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་དང་། སྟོན་གསུམ་ཚོད།  
 དེའི་ལོ་རྒྱུས་མར་པར་བྱིན་གྱི་འཛིན་གྲུར་བསྐྱེད་པས་གཞུང་གསར་ནས་ལྟ་འགོ་བཙུགས།  
 རྒྱ་ཉིད་དུ་མཛོད་རྟོགས་རྒྱན་དང་། འབྲེལ་བ་དོན་གསལ། པར་བྱིན་སྦྱོར་འོན་སོགས་གཞུང་མང་

པོ་སྒོར་འཛིན་ཐོག་ཉི་ལྔ་དང་། བརྒྱད་སྟོང་འགྲེལ་ཆེན། ལེགས་བཤད་གསེར་འཕྲེང་དང་།  
རྣམ་བཤད་སྟེང་རྒྱ་ཐོགས་འཕགས་པོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་མང་པོ་ལོ་དྲུག་གི་རིང་ལ་ཞིབ་དུ་བཟུས་  
ཏེ་ཆངས་སྟུང་གི་ཐོགས་པོ་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་དུ་ཚོད་བས་བརྟེན་ཤིང་བཅད་པའི་ལུགས་སུ་  
བྱས། ཐོག་མར་གཞུང་གསར་དང་བླ་མ་གྱི་སྐབས་སུ་གྲགས་སྐམ་ཆེན་པོ་བྱུང་མོད་ཀྱང་།  
མི་རིང་བར་ཀན་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་དཔོངས་ལྟར་སྤངས་སྤངས་ཐྱབ་དུ་སྟོད་དགོས་ཤིང་བས་  
རིག་པ་རྗེ་ཞན་དང་གྲགས་པ་རྗེ་ཆུང་དུ་སོང་ཡང་། དུས་རེ་ཞིག་གི་བར་དུ་བསྐྱེད་བཅུགས་ཏེ་  
བསྟན། དེ་ནས་ཕྱ་ཚུགས་མཐའ་བསྐྱལ་གྱིས་དཔོངས་པ་ཞུས་ཏེ་དོན་ཅུང་བྱ་ཅུང་ལ་བརྟེན་བས་  
རིག་པ་སོར་ཆུད་བྱབ་ཅོམ་བྱུང་། རང་ལོ་ཉིར་ལྷ་བའི་སྐབས་འཆི་བའི་མི་ལྟས་འཛིགས་སུ་བྱང་  
བ་ཞིག་བྱུང་བས་དངངས་ཏེ་འེ་ཉོར་བཀའ་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེར་བྱགས་དམ་ཞུ་བར་བྱིན་བས་  
ཤིན་དུ་འཆུབ་ཅེས་ཐེབས། ཡསྐབས་རྗེ་ཁྱི་བྱང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོར་ཞུས་པས་ཀྱང་འཆུབ་པོ་  
འདུག་ཅེས་ཐེབས་བྱུང་བས་དངངས་སྐྱབ་སྐྱེས་ཏེ་འཕྲལ་མར་སྒྲོལ་དཀར་ཆེ་སྐྱབ་ཅིག་བྱས་  
པས་བར་ཆད་བརྒྱུག་པའི་གདེངས་ཆེད། དུས་བྱིས་སུའང་དུས་མིན་གྱི་འཆི་ལྟས་ཐོགས་བྱུང་  
རེས་བཞིན་དུ་ལྷ་འདིའི་བསྟེན་སྐྱབ་ལ་འབད་བས་བརྒྱུག་བྱུང་བར་ཤི་སྟག་བྱུང་། སྐབས་ཤིག་  
འབྲས་སྤངས་གསར་སྟགས་པོ་བྱང་དུ་དཔེ་མཆོམས་ལ་བྱིན། དེར་སྟོད་རིང་ཆུ་གར་མོ་ཁོ་ན་  
བརྟུངས་པས་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་ཤོར། དེ་མཆུངས་བཀ་རི་རི་ཁོད་དང་། དཔོན་གསར་རི་ཁོད་  
རྣམས་སུའང་ཆུ་གར་ཁོ་ནས་དུས་འདའ་བས་སྐབས་ཤིག་ནས་ཁ་སྐྱོམ་སྟེ་ཆུ་རི་ཅོམ་བརྟུངས་  
ཀྱང་ངོམས་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནས་ཁོག་སྟངས་ཀྱང་ལྷུ་རྩ་སོང་སྟེ་ཡར་ལྷང་མི་བྱུང་བ་ཞིག་  
བྱུང་བས་སྟོ་བྱུང་དུ་བྱུང་བའི་དབང་ལྷག་ཀན་རིག་འཛིན་བསྟན་པ་ལགས་ཐེབས་ནས་དེ་ལྟར་  
མི་བྱུང་བའི་བཀའ་སྟོབ་ནན་པོ་བསྐྱལ་བྱུང་བས་རེ་ཞིག་དྲུང་ལོན་ཞུས་ཏེ་རྩ་ཐང་སྐྱ་པོ་རེ་  
བསྐྱོལ་ནས་བརྟུངས་པས་ལུས་ལ་མི་སྟོན་ཅོམ་བྱུང་། དེ་ལྟར་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་གཉིས་ཅོམ་གྱི་

རིང་ས་གང་ལ་གདན་དང་། རོ་གང་ལ་སྤྲས་བྱས། ལྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་ལ་གྱོང་བསྐྱར།  
 དམན་པའི་ས་བཟུང་རྩལ་པོའི་གོས་གྱོན་པ་སོགས་དཀའ་སྤྱད་སྦྱིང་རུས་ཀྱིས་དུས་འདའ་བར་  
 བྱས་སོ། ། ཆོས་མཆོམས་ཆེན་པོའི་སྐུ་བས་ཤིག་དགོན་གསར་རི་ཁྲོད་དུ་དཔེ་མཆོམས་ལ་ཕྱིན་  
 བས་ལན་གཅིག་གོས་ཐུང་སྟོད་ཐུང་མཆོན་ཅམ་ཞིག་ལས་གྱོན་རྒྱ་མེད་པའི་མི་དར་མ་ཞིག་  
 འོངས་ནས་བརྗོད་དོན། བདག་རྒྱ་མི་ཆེ་རིང་ཆང་གི་བྲེལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་ནང་གི་བྲེལ་གཅིག་  
 བསྐྱུགས་ནས་ཞག་ཁ་ཡར་སོང་བ་ལ་ཁྲི་ཟམ་པ་རིང་འདུག་ཟེར་བ་མདང་དགོང་ལན་འཁྱོར་  
 བྱང་བས་ད་ནངས་སྤྲོ་མོར་ལངས་ནས་སྒྲོང་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་རིའི་བྱར་གདོང་ལ་སྤྲོ་བ་  
 དུས་རྒྱ་མ་ཁག་གཅིག་དང་འབྲུད་དེ་གྱོན་གོས་རྒྱ་ལྷམ་ཐམས་ཅད་འཕྲོགས་སོང་། ད་འདི་  
 འབྲར་བྱས་ནས་སྤྱི་མའི་གྲོང་ཁྲིར་ནང་དུ་འགོ་ཤེས་པ་མི་འདུག་པས་སྤྱི་བ་དང་སྤྱུམ་ཞིག་  
 གཡོར་དང་ཟེར་བྱང་བས། ང་རང་ལ་སྤྱུམ་དང་སྤྱི་བ་མེད་ཀྱང་ངས་དགོན་གསར་སྤྱང་བྱ་ཕྱིན་  
 ཏེ་ཁྱུ་ཅེའི་རྒྱབ་ལྗན་སྤྱི་བ་ཞིག་དང་། རྒྱུད་ཅེའི་སྤྱུམ་ཞིག་གཡར་ནས་ཁོ་བར་གཡོགས་ཤིང་  
 འདི་གཉིས་སང་ཉིན་ཚུར་བསྐྱུལ་བར་ཤོག་བྱས་པས། ཁོ་བས་སྤན་ལས་ཀ་མང་བས་སྤྱུམ་དང་  
 སྤྱི་བ་བསྐྱུལ་བར་ཡོང་ཡོངས་མེད། ཁྲིད་ལེན་པར་ཡོང་རོགས་ཀྱིས་ཟེར་ཐལ་མོ་བསྐྱར་བྱང་  
 བས་ངོ་མ་ལྟོགས་པར་ཁོ་བོ་དང་བསྐྱེབས་ནས་ལེན་པར་ཕྱིན། མཁྱོགས་ཅམ་འགོ་བྱས་ཀྱང་མ་  
 ཉན་པར་ལམ་དུ་ཅི་འགོར་བྱེད་ཀྱི་འདུག མི་དེ་ནི་ཡུལ་གྱི་རྒྱན་པོ་གཡོ་ཁམ་ཅན་ཞིག་ཡིན་  
 འདུག་པས། དེ་དུས་ཁོ་བོའི་ལུས་ལ་གཟན་ཤམ་ཅུང་ལེགས་ཅམ་ཞིག་གྱོན་ཡོད་པས་ང་གྲུད་  
 ཟུར་ནས་འཁྲིད་ནས་བསད་ལ་གཟན་ཤམ་འཕྲོགས་བསམས་འདུག ཁོའི་ཁ་ནས་ཀྱང་ཉི་མའི་  
 གྲུང་ལ་ནང་དུ་ཕྱིན་ན་སྤྱིན་བདག་ནས་སྤྱི་བ་ཀའ་བཀྱོན་གསུང་ཡོང་། ས་རུབ་ནས་ནང་ལ་འགོ་  
 བ་དགའ་ཟེར་བྱང་། དེ་ནས་ཅེ་པོ་རྒྱ་ལའི་རྒྱབ་ལ་སྤྲོ་བ་པ་ན་སྒོ་བྱར་དུ་དཔལ་ལྗན་སྤྱི་མའི་ནམ་  
 འབྲུལ་ཡིན་ནམ་སྤྱུམ་པའི་བྱད་མེད་ཅིག་འོངས་ཏེ་ཁོ་ལ། ཁྲོད་ཀྱིས་ཁ་སྤྲུས་དང་རྒྱ་མ་རི་ལྟར་

བྱས་ཚུལ་སོགས་ནག་ཉེས་མང་པོ་བགངས་ཏེ་ཁོ་དང་འཐབ། ལྷན་ལའང་དགེ་བཤེས་ལགས་  
ཁྱེད་རང་མི་འདི་ལ་ཡ་མ་བྱེད་ཅིག་མི་འདི་བྱེ་ཚུལ་ལ་རྩིག་མདོག་ཁ་བ་ལས་དོན་དངོས་ཐོག་  
ཡོངས་སུ་མར་བྱད་རྩྭ་མཁན་རེད་ཟེར་བྱུང་། དེ་ནས་བྱད་མེད་དེས་ཁོང་ཆོ་ཤོག་ཟེར་ལག་པ་  
གཡུགས་ཏེ་རོགས་པ་ཁ་ཤས་སྐད་བཏང་སོང་བས་རྒྱ་མ་དེ་སྐྱག་ནས་བྲོས་སོང་བ་དང་བྱད་  
མེད་དེ་ཆོས་རྒྱ་མ་འཇུག་ཤིག་ཅེས་དེད་སོང་ཡང་། རྒྱ་མ་དེས་ཀྱང་རྒྱ་མ་འཇུག་ཤིག་ཅེས་  
སྐད་ཅེར་རྒྱག་བཞེན་བྲོས་སོང་བར་མི་རྣམས་མགོ་འཐོམས་ནས་ཤོར་ཐལ། དེ་ནས་ཡིད་ལ་  
འདི་སྟམ་དུ་སྟམ་དང་བྱ་བའི་རིན་མ་བསབ་པར་བསྐད་ས་ནི་མེད། བསབ་པ་ལ་ནི་རང་གི་ཁའི་  
པོར་པ་ཡན་བཅོང་ནའང་དེའི་རིན་ཆ་ཤས་སྤ་མོ་ཡང་མི་ལྡོང་བས་ད་ནི་རི་ལྷར་བྱ་སྟམ་ནས་  
ཁྱག་རྒྱང་ལྷང་བའི་ཆོད་ཅམ་གྱི་སེམས་ཁལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེས། བྱ་ཐབས་ཟད་  
ནས་དེའི་རྒྱབ་མོ་རོལ་ཤིག་གི་ནང་དུ་གནས་ཆང་གཡར་ནས་ཉལ། ལམ་སྐད་མི་ལམ་དུ་བྱད་  
མེད་ཅིག་གིས་རྒྱལ་སྒོ་ཞིག་ཏར་གྱིས་བྱེ་ནས་སྟོས་ཤིག་ཟེར་མཇུག་མོ་བཅུགས་ཀྱིན་འདུག་  
པར་བལྟས་པས་སྤར་གྱི་རྒྱ་མ་དེ་པར་ཅམ་ན་འགྲོ་གི་འདུག་དེར་ངས་ཁོ་དེད་པ་དང་ཁོས་བྲོས་  
སོང་བ་ཞིག་མིས་ཏེ། དེ་མ་ཐག་གཉིད་སད། དེ་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་ལྷ་ལྷན་སྐུལ་པའི་གཙུག་  
ལག་ཁང་དུ་མཆོད་མཇུག་ལ་བྱིན་པས་དོ་སྤྱད་པ་གཟུགས་ཀྱི་ཐད་དུ་སྐྱེབ་པ་ན་མི་ཞིག་གིས་ང་  
ལ་ཚུར་འཇུག་བྱུང་བ་བལྟས་པས་རྒྱ་མ་དེ་རེད་འདུག་དེ་ལྷར་བྱེད་པ་ནི་ལྷ་ཆོས་སྤྱང་གིས་ཁོ་  
རང་དབང་མེད་པར་བཀུག་སྟེ་ངའི་ལག་ཏུ་སྟེར་བ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མིན་པ་ནི་འོག་ཏུ་  
གསལ་ལོ། དེ་ནས་ད་སྟམ་དང་བྱ་བ་ཚུར་འབྱེར་ཤོག་བྱས་པས་ཁྱོད་འདི་གར་སྐྱག་དང་ངས་  
མཆོད་མཇུག་ཞུས་ནས་སྐྱེབ་ཡོང་ཟེར་མགོ་བསྐྱོར་བཏང་ནས་བྲོས་འགྲོ་ཅིས་འདུག་ཀྱང་ངས་  
ཁོ་མ་སྐྱོད། དེར་ཁོས་ཀ་ཀོར་མང་པོ་བཤད་པའི་མཐར་བཞི་སྟེ་གྲ་ཆང་གི་ཐོག་ཁར་རྩ་སྐྱེར་རྩ་  
སག་བཞུགས་ཡོད་པས་དེའི་ས་ནས་བྱ་བ་ཆབ་ཅིག་གཡར་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་ཚུར་སྤྱད་ཆོག་

ལེན་པར་ཡོང་རོགས་གྱིས་ཟེར་བྱུང་བས་བདེན་ནམ་སྟམ་སྟེ་ཁོ་པའི་བྱི་བཞིན་ལེན་པར་བྱིན་  
 བས་ཁོ་པ་བཞི་སྟེ་འུག་སྟོ་བརྒྱད་ནས་བློས་ལ་ཤོར་སོང་། དེར་རྒྱ་མ་བློས་སོང་ཞེས་སྐད་  
 འཁོད་དང་སྒྲགས་རྗེས་འདིད་བཏང་བས་ལྟ་ཆོས་སྤང་གི་མཐུས་བློས་མ་ཐོད་པར་བྱང་རེར་  
 ལངས་ནས་བསྐད་འདུག་པས་གདོད་བྱ་པ་བཤུས་ཏེ་ཚུར་ལེན་བྱལ་ཙམ་བྱུང་། ཁོ་པའི་བྱེད་  
 ལུགས་བྱེད་སྤངས་དེ་དག་ལ་བལྟས་ན་ཐོག་མར་རི་ཁོད་ནས་ལྟམ་དང་བྱ་པ་ལེན་པར་ཡོང་  
 རོགས་ཟེར་བ་ནི་བདག་བསམད་ནས་གཟན་ཤམ་འཕྲོག་འདོད་པ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ངས་  
 ཁོ་པར་མ་མཐོང་ཡང་ཁོས་དབང་མེད་དུ་བདག་ལ་ཚུར་འཇུས་སུ་འོངས་པ་ནི་ལྟ་སྤང་དག་གི་  
 འབྲུལ་ཡིན་པར་ཤེས་ཀྱས་སོ།། དེ་ལྟར་པར་བྱིན་རགས་རིམ་བལྟས་ཟིན་ནས་དབུ་མའི་འཛིན་  
 བྱར་སླེབ་ཙམ་ན་སྟོ་མི་བདེ་བའི་གནས་ཤིག་བྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་ཁང་ཆཅན་དགོ་ཆེན་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཐག་  
 རིང་གི་བྲ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱས་ཀྱི་ཁལ་ཡིན་པས་གཡོལ་དུ་མེད་ལ། དེ་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱེ་བྱེད་ཀྱི་ཆ་  
 རྒྱུན་མེད་ཅིང་། ཡོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་སྐྱེ་མི་ཆོག་པའི་སྐྱིག་ཁྲིམས་དམ་པོ་བསྐྱམས་ཡོད།  
 ཁང་ཆེན་བྱེད་དགོས་བྱུང་ན་ནི་ལས་ཀྱི་མཐའ་མང་ཞིང་། དགོ་འདུན་ཁྲིམས་ཀྱིས་བཅུན་དགོས་  
 པ་སོགས་དགག་བྱ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་མི་བྱེད་ཐག་ཆོད་ཡིན། གལ་ཏེ་སྐྱེ་ལངས་གང་རུང་མི་བྱེད་  
 ན་ནི་བྲ་ས་དང་ཁ་བུལ་དགོས་ཤིང་། དབུ་མ་ལྟ་འོངས་མ་བྱུང་བར་བྲ་ས་དང་བུལ་དགོས་བྱུང་  
 ན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཕངས་པར་འདུག་པས་དེས་ན་ཁང་ཆེན་ཡང་བྱེད་མི་དགོས་ལ་བྲ་ས་དང་ཡང་  
 བུལ་མི་དགོས་པ་ཞིག་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེས་མཁྱེན་སྟམ་དུ་སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཉིང་  
 ནས་གསོལ་བ་ཕྱར་ཚུགས་སུ་ཡང་ཡང་བཏབ། དེ་ལྟར་གསོལ་བ་ཤུགས་བྲག་བཏབ་རེས་  
 བཞིན་དུ་ཆོག་སྐྱེ་དང་ཉོག་སྐྱེ་མངོན་གསལ་ཙན་ནར་མར་བྱུང་སྟེ། དེ་ནི་འདོད་དོན་འབྲུལ་པར་  
 ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་བདར་གོའོ།། དེ་ནས་མི་རིང་བར་ཁང་ཆེན་ཐོག་ཏུ་འཁལ་ལ་ཉེ་བའི་བྲ་  
 ཞིག་གིས་དོན་དུ་ཁང་ཆེན་གྱི་སྐྱིག་ཁོངས་ནས་འཐེན་པར་འདོད་ཀྱང་ལེ་ཁག་ཆོགས་འདུལ་

འགོལ་བསམས་ནས་ཁང་གན་སྤྲོས་ཆོག་པ་ཞེས་སྟོན་སེང་ཕུལ་བའི་ཕྱགས་སུ་བྱས། དེར་  
ཆོགས་འདུས་ཀྱང་ལག་པ་འཕྲིས་འདོད་པར་ཤེས་ཏེ་ཤམ་རྩོལ་བརྒྱ་དང་ཆོགས་ཇ་བཞི། འགྱེད་  
ཞོགས་ཕུལ་བཅས་ཕུལ་ན་སྤྲོས་ཆོག་ཅེས་བཀའ་ཁྲོལ་བའི་ཐོལ་བྱས། སྤྲོ་ཆ་དེ་ཙམ་འབྲེར་ཤོག་  
ཟེར་བ་ནི་དོན་དུ་སྤྲོས་ཀྱང་སྤྲོ་བ་མི་དུས་པའི་ཁྲིམས་སུ་བཅས་པར་འདུག་པོ། དེར་བདག་གི་  
བསམས་པར་ད་རེས་དགོན་མཆོག་གི་ཕྱགས་རྩེས་སྤྲོས་ཆོག་པའི་གོ་སྐབས་ཤར་བ་ལས་གཞན་  
འདི་འདྲ་འོང་ག་ལ་སྤི། དེ་ལྟ་ནའང་བདག་ནི་དབུལ་ཞིང་ཐོངས་པས་སྤྲོ་ཡོན་དེ་ཙམ་འཇལ་རྒྱ་  
ལྟ་ཞོག་གི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བ་ཙམ་ཡང་འབྲོལ་དཀའ་བའི་རང་ཚུལ་འདྲིར་ཟད། འོན་ཏེ་སྤྲོ་མ་རིན་  
པོ་ཆེས་རང་ཡུལ་ཆོང་བ་ནམས་ལ་བཀའ་བསྟུལ་ན་ནི་དོན་འདི་འབྲུབ་པར་གདོན་མི་ཟ་ཡང་།  
འདི་ཐད་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེར་བྱེད་པེ་འདུག་པས་རི་ལྟར་བྱ་སྤྲོས་དུ་སྤྲོ་བེ་ཆོས་ཀྱི་འབྲོག་ལ་  
འཕྱང་བཞིན་པར་དེའི་ཉིན་མོ་རང་ལ་ལྟ་སར་བྱིན། གནས་ཆང་དུ་སྤྲོ་བ་འབྲལ་མི་ཞིག་གིས་སྤྲོ་  
མ་རིན་པོ་ཆེས་བྲིད་ལ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ཞེས་ཕྱག་གིས་ཤིག་སྤྲད་བྱུང་བ་བསྐྱགས་པས། འདི་  
ལོར་བྲིད་ལ་དཀའ་ངལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རུང་སྤྲོ་གསང་མེད་པར་ཡིག་རིས་སུ་པབ་ནས་བསྐྱར་  
ཤོག་ཅེས་གསུངས་འདུག་པས་འདི་མི་ལམ་མིན་ནམ་སྟམ་པ་བྱུང་། དེའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་ནམ་  
ཀུན་ལོ་རེར་ཕྱག་གིས་དུས་རེ་ལས་བསྟུལ་སྟོལ་མེད་ཅིང་། གསུང་རིས་དེ་འདྲ་ཡང་ཐེབས་  
སྤྱོད་མེད་ལ་འདི་ལོའི་བཀའ་ཡིག་བསྟུལ་བྱུབ་ནས་སྤྲོ་བ་གཅིག་ཙམ་སོང་ཟིན་ཀྱང་ད་རེས་སྤྲོ་  
ཡང་བཀའ་ཡིག་དེ་འདྲ་བསྟུལ་བ་ནི་ད་ལོ་ཁང་གན་སྤྲོ་རྒྱུར་ཆེས་སྤྲོ་ས་ནས་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་ན་  
གཞན་ཅི་ཞིག་ཡིན། ལར་ནས་ཁང་ཆོན་གྱིས་སྐབས་དབྱེ་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་སྤྲོ་མའི་ཕྱགས་  
རྩེ་ཉག་ཅིག་ཡིན་འདུག་ཅིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་དུས་ལས་མི་འདའ་བར་གསུངས་པ་  
ཡང་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་འདུག་སྟམ་པའི་ཡིད་ཆེས་དང་མོས་གྲུས་ཆད་ལས་  
འདས་པ་སྤྲོས། དེ་ལྟར་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཞལ་བཞེས་ཐོབ་ཀྱང་བར་ན་ས་ཐག་རིང་ཞིང་། དེ་



དུས་མོ་འདི་ལས་བྱ་སོགས་ཀྱང་མེད་པས་དོན་སྤྲོད་ཡོང་བར་དམའ་མཐར་ཡང་ལོ་གཅིག་ཙམ་  
 འགོར་བཅོ་འདུག་ལ་ཁང་ཆུ་ཆུ་ནི་ཉིན་ཞག་ལྔ་ལས་འགྲངས་མི་རུང་བས་འདི་ཐད་རྗེ་ལྟར་  
 བྱས་ན་འགག་ཅེས་ཆུ་དག་དབང་ཐར་བ་དང་། ཞང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས། ཆུ་ཉི་མ་གསུམ་ལ་  
 གྲོས་རྒྱུ་ལས་ཁོང་གསུམ་ནས་འགན་གཙང་མར་བཞེས་ཤིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཆུ་དག་  
 དབང་ཐར་པས་འགན་ཡོངས་རྫོགས་བཞེས་ཏེ་ཆོགས་འདུས་ཐག་བཅད་དེ་ཉིན་ཞག་གཉིས་  
 ལས་མ་སོང་བར་སྐྱུ་ཐུབ་བ་བྱུང་སྟེ་ཀྱན་ཀྱང་ངོ་མཚར་རོ། དེར་འགྲོ་སོང་རྗེ་ཆད་བརྒྱ་དང་  
 ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་སོང་ཞིང་བྱ་ལོན་དེ་ནམས་བསོབ་པའི་ཐབས་ཤེས་སུ་སྤྲོད་ཡང་བྱ་ལོན་རྗེ་ཆད་  
 བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་གཡར་ཏེ་འབྲེལ་ཡོད་ཆོང་བ་ནམས་ལ་ཆོང་བཅོལ་དུ་བསྐྱར་སོང་བས་ཀྱན་  
 རིལ་ན་བྱ་ལོན་རྗེ་ཆད་སུམ་བརྒྱ་ཙམ་ཆགས་འདུག ཡིན་ཡང་གོང་སྤྲོས་ཁོང་གསུམ་གྱི་ནང་  
 ནས་གཉིས་གྱིས་དོ་བདག་བྱས། གཅིག་གིས་ཁག་འབྲུག་བྱས་ཏེ་ཁྲངས་སོ་སོར་དདུལ་གཡར་  
 བ་ལས་བདག་ནི་སྤྱང་འབྲུམས་འབའ་ཞིག་ལ་སོང་དོ་བདག་དང་ཁག་འབྲུག་གང་དུའང་མ་ཐེ།  
 དེ་ནས་ཆོང་བཅོལ་བསྐྱར་ཡུལ་གྱི་ཆོང་བ་ནམས་རང་ཡུལ་དུ་འབྱོར་འཕམས་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེས་  
 བཀའ་ཕེབས་པར་བཏེན་དེའི་ཕྱི་ལོར་ཆོང་བ་ལ་ལས་མ་རྩའི་ལྷ་བཏེན་འཇུག་དང་། ལ་ལས་  
 ལྷ་བ་སུམ་འཇུག་ལ་སོགས་བ་སྤྲད་བྱུང་བས་བྱ་ལོན་རྗེ་ཆད་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་ལས་མ་ལུས་པར་  
 འཇལ་ཐུབ་བ་བྱུང་། དེ་ལྟར་ཁང་ཆུ་ཆུ་སྤོང་ནས་རིང་སོར་མ་སོང་བའི་སྐབས་ཤིག་ན་ད་ནི་  
 ཁང་ཆུ་གྱི་ཁྲིམས་འོག་ཏུ་སྡོད་མི་དགོས་པས་ཆེ་སྤོས་བཏང་གི་ཆོས་བ་ནམ་དག་ཅིག་བྱ་  
 བསམས་ཏེ་ཤག་ཆས་ཡོངས་རྫོགས་བཅོངས་ནས་ཁང་ཆུ་ཆུ་པའི་བྱ་ལོན་འཕྲོས་ཆག་  
 ལུས་བ་ནམས་འཇལ། གནས་མལ་ཡོ་བྱད་སོགས་ནོར་ལོ་བ་སྤྲ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་སྤྱང་སོ་  
 ལྟར་བྱས་ནས་བསྟན། འབྲེད་སོགས་སོགས་ཀྱང་འདུ་དཀའ་བར་མཐོང་ནས་མི་ལེན་པས་འཆོ་  
 བ་ཤིན་ཏུ་བཞེན་སོ་བྱུང་། ལར་ནས་རྩམ་པ་རལ་རོན་དང་རྩ་ཐང་སྐྱམ་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་རེ་ལས་



མེད་ཅིང་། སྐབས་འགར་ཅམ་པ་དན་དོན་དེ་ཡང་ཆད་ནས་སྤྲོ་མ་སྤངས་ནས་ཟ་དགོས་པའང་  
བྱུང་། གཞན་གྱིས་ཅུང་ཟད་སྟེར་མཁན་འདྲ་བྱུང་ཡང་དགོར་ལ་བསམས་ནས་མ་སྤངས་པས་ཤི-  
སྐམ་སྤགས་སྐམ་ཡི་དྲགས་ལྟར་གྱུར། དེ་དུས་དབྱེ་མ་དང་འདུལ་བ་སོགས་བལྟས་མ་ཆར་  
བས་ཤཀ་ནམ་པའི་སྐྱེ་མདུན་ནས་དཔེ་ཁྲིད་དང་། ཆོས་ར་ནི་ཆག་མེད་དུ་འགྲིམས། ཐད་ཀ་ཐད་  
ཀའི་གཞུང་ཆན་རེ་རེ་ཞིང་ཆངས་སྟོད་ཀྱི་ཕྱོགས་པོ་ནམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཅོད་དེ་སྟོ་འདྲིགས་  
ཆོད་པར་བྱས། ལྡང་དགུན་ཆོས་སུ་གདན་ས་ཁག་གི་མཁས་དབང་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་གདན་  
འཛོམས་པའི་དབྱས་སུ་ཆད་པའི་དམ་བཅའ་འཛོག་པའི་སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན་ཡང་ཐེངས་མང་  
ལྷང་། དེའི་ཆེ་གྲགས་པའི་འཕྲེང་བ་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱ་མའི་འགམ་པ་ལ་བཀོད་ཀྱང་དོན་གྱི་སྟོང་པོས་  
དཔེན་པས་སྟོང་ཅུང་དུ་ཟད། རང་ལོ་སོ་གསུམ་པར་འབྲས་སྤངས་དགེ་འཕེལ་རིར་འཇམ་  
དཀར་གྱི་བསྟོན་པ་ཞིག་བསྐྱལ་བས་དེ་ནས་བཟུང་རིག་པ་ཅུང་ཟད་དྲག་ཏུ་སོང་འདུག་ཅེས་  
རྒྱས་ཡོད་ནམས་སྟེང་། དེ་ལྟར་འཆོ་བ་དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས་པ་དང་འདུལ་བའི་བཅས་མཆམས་  
ཀྱང་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱང་བའི་ཁུལ་བྱས་པས་སྐབས་ཤིག་ནས་ཁོ་བོའི་ཤག་མཆོས་པ་སྤགས་པ་  
ཕྱག་ཐུར་སྐལ་བཟང་འོར་བུ་ཟེར་བ་མགུ་ནས་མེ་ཤིང་སོགས་རོགས་རམ་གནང་བྱུང་བས་  
བཀའ་ངོན་ཆེ་བར་འཁུམས། ཁོང་གིས་བརྗོད་རིགས་སུ་སྤྲོ་གྱི་མི་ལམ་དུ་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ནམ་  
མཁའ་ནས་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་འོད་འབར་བ་ཞིག་ཤར་གྱིས་འོངས་ནས་བདག་གི་ཐད་དུ་སྟེབ་  
པ་ན་བསྐྱད་སོང་བ་ཞིག་མིས་ཏེ། དེ་ནི་ཁྱོད་འདིར་ཤག་འཕོས་པའི་ལྟས་སུ་འདུག་ཅེས་ཟེར་  
ནས་དད་དད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་ཤིག་ན་རྩ་དང་རྩ་འདི་ཡང་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བར་འདུག་  
སྟམ་དེ་ཕྱིན་ཆད་རྩ་འཁོལ་ལས་མི་འབྱུང་ཞེས་དམ་བཅའ་ཤུགས་དྲག་བྱས། དེ་ལྟར་རྩ་འཁོལ་  
ཁོ་ན་བརྟུངས་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་སོང་བའི་ཆེ་རུས་པའི་གཏིང་ནས་ཐུག་གཟེར་དང་། འབམ་  
ལ་སོགས་པའི་ནད་སྒྲ་ཆོགས་ལངས་ཏེ་ཉལ་མལ་དུ་ལུས། ཚུལ་དེ་སྐབས་གཅིག་བཀའ་ངོན་ཆེ་

མེད་ཡོངས་འཛིན་ཁྱི་བྱང་རྩོམ་ཆེ་འཆང་ཆེན་པོས་གསན་འཕྲུལ་ཆ་བ་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་  
 བརྒྱད་ནས་བཀའ་ཕེབས་གསལ། དེའི་ཁ་ལ་ཉན་ན་རེ་ཞིག་ན་ཆ་བྲག་བྲག་གི་བར་དུ་རྩ་བུ་སྤངས་  
 ཞིག། །གཞན་དུ་མཐོང་མེད་ཅི་ཅིག་པས་ཆོད་པ་ཅམ་དང་། ཐར་པ་ནི་ཡོལ་བས་ཆོད་པ་ཅམ་གྱི་  
 གདེངས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ན་ནི་ཅི་དགའ་བར་བྱོས་ཞིག་ཅེས་བཀའ་ཐ་ཆོག་རྩོམ་ཐོག་འབྲེལ་བ་  
 སྤྱི་བོར་ཕེབས་པར་བརྟེན་འཁྲོག་མི་རྒྱས་པར་དེ་མ་ཉིད་དུ་བཀའ་སྤྱི་བོས་མཐོས། དེ་ལྟར་རྩ་  
 དང་ཁ་ཟས་ཞག་ཅི་ཡོད་པ་ཅུང་ཟད་རེ་བསྟེན་པས་ན་ཆ་ནམས་ཀྱང་ཁད་གིས་བྲག། །འགྲོ་  
 བསྐྱོད་ཐུབ་ཅམ་བྱང་མཆམས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་འཇམ་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཇམ་  
 ཐུག་ཏུ་བཅར་བས་ཞལ་ནས། ལན་བཏང་བ་འབྱོར་བྱང་ངམ་གསུངས། འབྱོར་ལགས་ཞུས་  
 པས། འོ་དེ་འབྲེལ་བྱས་ན་མི་ལུས་རྒྱུད་ཐོས་ལ་འགྲོ་བས་རྩ་བུ་སྤངས་ཞིག་དང་། ལྷེ་བདེ་རིག་  
 གསལ་འགྲོ་ན་མགྲོགས། ཞེས་པ་ལྟར། རྩ་ལ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཡོད་གསུངས། དེ་ལྟར་འཆལ་  
 བ་ལ་སྤར་རྩ་མི་འབྱུང་བའི་དམ་བཅའ་ཤུགས་བྲག་བྲས་ཟེན་པས་མི་དགོས་པ་མཐུན་ཞུས་  
 པས། དེ་ལ་སྐྱོན་མེད། དུས་བྲན་བསྟེན་པ་ལྟར་བྲས་པས་ཆོག། །གལ་ཏེ་སྤར་ལྟར་བྲས་ན་སྒོག་  
 གི་བར་ཆད་དུ་འགྲོ་གསུངས། དེར་འཆི་ཡང་ཆོས་སྤྱིར་ཡིན་པས་ཅུང་བྲག་གམ་ཞུས་པས།  
 ཁྱོད་པར་ཞི་ནས་སྤར་ལུས་རྟེན་འདི་འབྲེལ་ཐོབ་རྒྱུའི་གདེངས་ཆོད་ཅང་མེད་འགྲོ་གསུངས་  
 པས་སྒོ་བས་པ་ལན་མེད་དུ་གྱུར་ཀྱང་། ད་དུང་སྐྱགས་པ་ལྷ་རྒྱུགས་ཀྱིས་ཀ་ཀོར་མང་པོ་ཞུས་  
 པས། མཐར་ཁྱོད་དེའི་ཁ་ལ་ཉན་ཅིག་ཅེས་རྩོམ་ཆེ་འཆང་ལུ་ཐུག་པའི་བཀའ་ཕེབས་བྱང་བས་  
 འཛིགས་ཏེ་གཞི་ནས་བཀའ་བཞེན་འཆལ་ལོ་ཞེས་ཞུས་པས་ཐུགས་མཉམས། རྩེས་སུ་བསམས་  
 ན་སྤྲོ་མ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བཀའ་ལ་གྲེན་ལོག་དེ་ལྟ་བུ་ཞུས་པ་ནི་ཆོས་སྤྱིར་གང་དང་ཡང་  
 མཐུན་མི་འདུག་ཅིང་། ལྷན་གཞན་དུ་འང་སྟན་བསུན་མང་པོ་ཞུས་པ་བྲན་ཏེ་འགྲོད་པ་རྟེན་མི་  
 ཟེན་པ་ཡོད་དོ། ། དེའི་རྩེས་སུ་ལན་ཅིག་མང་པོའི་ཞག་ཐན་བྱ་ཞིག་ལག་སོན་བྱང་བས་བཞུས་

ནས་ཆོག་པ་རིམ་ལག་ལ་པ་བཅོས་ཏེ་འབུམ་ཅིས་བྱས། དེར་ཀྱན་སྒོང་ལ་བརྟག་པ་ན་མཐར་  
རང་གིས་ཟ་འདོད་པར་འདུག་པས། ལམ་སེང་ཆོག་པ་རིམ་ཡོད་ཆད་ནས་མཁར་གཏོར་ཏེ་ད་  
ཁྱོད་ཟོ་ཞིག་ཅེས་བྱས་རང་གིས་རང་ལ་སྤྱང་ཆོམ་སྒྲིམ། དེ་འབྲེལ་ཁ་ལ་ཡར་བྱས་པ་བྲན་ཏེ། ད་  
ནི་དེ་དུས་ཀྱི་སྤྱང་སྤྱོད་པས་ཀྱི་བྱེད་ཆ་ཅམ་ཡང་མི་གཏུག། བར་དེད་ན་པར་འབྲོས་ལ་ཚུར་བྱོལ་  
ན་ཚུར་འོང་བ་འདོད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་བརྟེན་སྐབས་ཤིག་ནས་སྐྱེ་བྲག་འགའ་རེས་འཆོ་  
ཆས་ལེན་པར་ཤོག་ཟེར་ནས་ལན་འཁྱོར་ཏེ་དགོད་བྱོ་བ་ཞིག་བྱུང་། གང་ཡིན་ཞེ་ན། མདུན་ན་  
ཡོད་པའི་འགྲེད་སོགས་སོགས་རང་གི་བ་སྐྱལ་ནམས་ཀྱང་སྤངས་ཟིན་ན་སྟོ་གོས་ལ་དམིགས་  
ནས་འཁྱོར་ལྡན་གྱི་ཐད་དུ་ཅི་ལ་འགྲོ་སྟམ་པ་བྱུང་། དེ་ལྟར་དབུ་མ་ལོ་གཉིས་དང་། འབུམ་བ་ལོ་  
བཞི་སྟེ་དེ་དག་གི་རིང་དཀའ་སྤྱད་དང་སྤྱིང་དུས་ཆེན་སོས་གཞུང་དོན་ཡན་ལག་དང་བཅས་  
པར་གཏོར་བྱིན་པ་སྤྱངས་པའི་ལུགས་སུ་བྱས། དེའི་ནང་ནས་འབུམ་བ་ནི་གང་ཡང་ལག་ལེན་  
ཀྱི་ཐོག་ནས་ཤེས་དགོས་པར་བསམས་ཏེ་འབུམ་བའི་བཅས་མཆོམས་ཐ་ན་རུང་ཆུ་འདེབས་པ་  
ཡན་ཆད་ལག་ལེན་དུ་འགྲེལ་གང་སྐབ་བྱས། ཡོ་བྱད་བྱིན་སྐབས་སོགས་ཀྱང་མཐོང་བ་བརྒྱད་  
པའི་ལུག་ལེན་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཁྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་དང་གསུམ་དུས་རེ་ཞིག་གི་བར་དུ་ཚུལ་བཞིན་  
བསྤངས། དེ་ནས་དུས་ལུན་གང་འཆོམས་སོང་བ་ན་རི་སྐད་དུ། བྱིས་པ་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེས་  
བརྒྱག་། ཅེས་པ་ལྟར་གཞན་དོན་ལྟར་སྤང་ལ་འདུག་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་པ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་སྟེ་  
འདུ་ལོང་ནང་རྟེན་བཀྱར་སོགས་ཀྱིས་ཉེས་པ་ཐར་ཐོར་གོས་མོད་ཀྱང་རི་མི་སྟམ་དུ་མི་འཛོག་  
པར་སྤྱར་འགྲོད་བྱིས་སྟམ་གྱི་སྟོན་ནས་བྱིར་བཅོས་ལ་འབད། བར་ལམ་གཅིག་ཏུ་འཆོ་བ་དཀའ་  
སྐབ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། གཉིས་སུ་ལོ་ཚུང་དུའི་དུས་ནས་ཤི་མ་ཐོས་པའི་རྒྱན་གྱིས་གཞུགས་  
སྟོབས་ནི་གང་ལས་ཀྱང་ཞན་པ་བྱུང་། རང་ལོ་སོ་ལྔ་པའི་དུས་སུ་སྤེལ་ཅམ་ནས་མདོན་པ་  
མཛོད་ཀྱི་འཛིན་གྲར་ཚུད། དེར་མཛོད་ཅ་སྟོར་བཟུང་བ་དང་སྤྱགས་ཀན་རིན་སོ་ཆེ་མཁས་

དབང་ཉི་མ་རྒྱལ་མཆོན་པའི་ཞལ་སྤྱོད་ནས་ཀྱི་སྤྱོད་མཐུན་ནས་དཔེ་ཁྲིད་ཞུས་པ་དང་། མཛོད་ཀྱི་  
 ཡིག་ཆ་མང་པོ་གྲུང་བསྐྱེགས་ནས་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་སྒོ་གསལ་ཀྱི་ཐོགས་པོ་  
 རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་པའི་སྒོ་ནས་ཚོད་པ་ལ་རྟག་འགྲུས་བྱས། དེ་ལྟར་  
 བྱས་ནས་རིང་པོར་མ་སོང་བའི་སྐབས་ཤིག་ན་བསམ་སྒོ་འདི་ལྟ་ཞིག་འཁོར་ཏེ། མཉམ་མེད་རྩི་  
 བོ་ཆེན་པོས། ཆེ་འདི་ཡུན་སྤང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་།། ཆེ་ཡི་ཆད་ཀྱང་རི་ཙམ་མི་ཤེས་  
 པས།། རང་པས་རྒྱལ་མ་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར།། རང་གི་འདོད་པ་དང་པོར་སྒྲང་བར་བྱ།། ཞེས་  
 གང་གསུངས་པ་ལྟར། རྣམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག །བརྒྱལ་ལག་ལེན་བྱེད་རྒྱ་  
 མ་བྱུང་བར་ཤི་ན་ནི་དཔྱལ་བ་ལས་འགོ་ས་མེད་པས། ད་ནི་རེ་ཞིག་ཐོས་པའི་མཐུག་བསྐྱེལ་ལ་  
 གང་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྤྱར་ཏེ་མ་མཐར་འཆི་ཁར་མི་འགྲོད་ཙམ་ཀྱི་སྤྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ཞིག་བྱའོ་  
 ལྷམ་དུ་ཏེ་རུ་ཀམ་མའི་གར་མཛད་ལསྤྱབས་རྗེ་ཁྱི་བྱང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོར་བསམ་ཚུལ་ཞུར་  
 ཕྱིན་པས་བྱགས་དབྱེས་མཉེས་ཆེན་པོས་ད་མཆོམས་ལ་བསྐྱད་ན་ལེགས་པོ་འོང་ཞེས་བཀའ་  
 གནང་བ་ཐོབ་ཅིང་། གསུང་གི་དབྱགས་དབྱུང་། དེ་མཚུངས་བཙུམ་ལྟན་འཛིགས་མཛད་དོ་རྗེ་  
 སྤྱོད་པ་ཡོངས་འཛིན་དོ་རྗེ་འཆང་ལསྤྱབས་རྗེ་གླིང་རིན་པོ་ཆེར་ཡང་སྤྱབས་འདུག་ཞུར་ཕྱིན་  
 པས་གོང་མཚུངས་གསུང་གི་གནང་བ་ལེགས་པར་ཐོབ། དེ་ནས་དེ་མ་ཐག་མི་སྤྱོད་པའི་བརྟལ་  
 ཞུགས་བཟུང་སྟེ་མཆོམས་དམ་པོར་སྤོད་པའི་ལུགས་སུ་བྱས། དེར་བསགས་སྤངས་གཙོར་  
 བཏོན་ཐོག་ལམ་སྒོམ་པའི་དམིགས་རྣམ་སྤྱོད་ལོ་བྱས་པས་རེ་ཞིག་རྒྱད་ལ་མ་སྤྱེས་ཀྱང་གང་  
 ཡང་རྟུག་བསྐྱངས་ནས་བསྐོམ་ན་རྒྱད་ལ་སྤྱེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་རིགས་སུ་གདའོ་ལྷམ་པའི་  
 རེས་པ་ཅུང་ཟད་སྤྱེས། དེ་དུས་ཁམས་ཕྱོགས་སུ་དུས་ཟིང་ལངས་ཟིན་པར་བརྟེན་སྤྱོད་མ་རིན་པོ་  
 ཆའི་སྤྱོད་ཆར་རི་ལྟར་བྱས་ཡོད་དམ་སྤྱོད་ཡོད་སྒོར་སྒོར་པོར་གྱུར་པའི་སྤྱབས་ཤིག་ན་རང་དབང་  
 མེད་པར་སྤྱོད་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་དུངག་གིས་པོས་ཐལ་བས། དེ་མ་ཐག་ཅིག་ངོས་ནས་ཨ་ཡིག་

ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཞིག་ལྟར་གིས་ཤར། དེའི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ན་ཐིག་ལེ་ནག་པོ་རེ་རེ་  
འདུག་ཟླ། དེ་དག་ནི་ད་ལྟ་སྐྱེ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་ཞེས་པའི་བརྟན་གོམ། དེ་ནས་རང་ལོ་སོ་བརྒྱད་  
པ་སྟེ་བོད་ས་པག་སྤྱི་ལོ་ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་དགུ་ལོར་སྟོན་ཆད་བྱང་མ་སྟོང་པའི་  
དུས་འགྱུར་ཆེན་པོ་དེ་བྱུང་བར་བརྟེན་མཆམས་ལ་སྟོད་ཐབས་དང་བྲལ་ནས་རེ་ཞིག་ཉེན་ལོལ་  
གི་ཚུལ་དུ་དགེ་སྤྱད་བདུན་འཁྲིད་ནས་སྟེ་ཐང་གི་རི་སྤྱད་སྟོང་རྩོལ་རི་ཁོད་དུ་ཕྱིན། དེར་སྟེབ་  
ནས་ཆོ་བ་འགའ་ཞིག་གི་བར་དུ་སྟོན་འཁོར་ཆང་མ་བྲལ་འཆལ་སྤྱི་བ་སྤྱད་ས་སོགས་དགེ་སྟོར་  
བྱས་ནས་བསྟན། ལོ་དེའི་ཆོ་བ་བདུན་པ་ཙམ་ན་ཉེན་གཅིག་བདག་ཅག་དགེ་སྟོབ་འཁོར་བཙས་  
ཆང་མ་ལུང་པ་དེའི་མདར་རྩ་སྟོད་དགོན་དུ་རྒྱ་མིའི་ཆོག་ས་འདུ་ལ་ཤོག་ཟེར་པའི་བརྟན་པོ་འཕྱོར།  
དགེ་སྤྱད་རྣམས་བཏང་ནས་ཐན་མ་ཕྱིན་པར་བྲག་ཕྱག་ཅིག་ཏུ་ཡིབ་ནས་བསྟན། ཁོ་ཆོ་དང་ཁ་  
བྲལ་ཆེ་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་སེམས་འཁྲིང་སྟེ་འབྲལ་མི་ཐོད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཡང་། མ་སོང་  
བར་སྟོད་དབང་ག་ལ་མཆིས། དེ་ནས་ཁོ་ཆོ་རྩ་སྟོད་དུ་ཞག་གཉིས་ཉར་ནས་འབྲས་སྤྱངས་སུ་  
བརྟུངས། འབྲས་སྤྱངས་ནས་བརྟག་དབྱེད་ཙམ་ཡང་མ་བྲས་པར་རྒྱ་ནག་ཏུ་བརྟུངས་ཏེ་མི་  
གཅིག་མ་གཏོགས་ཆང་མ་བཤེས་སྟོགས་སོགས་ཀྱིས་མནར་ཏེ་འཛིག་ཉེན་པ་རོལ་ཏུ་སོང་  
འདུག ཁོ་བ་ཆོར་རྒྱ་མིའི་ཁྲིམས་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་སྣ་གཅིག་མེད་པ་ནི་ཁོ་བོས་ཤེས་མོད།  
འོན་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་གཉའ་གཞོན་གདུག་རྩལ་གི་འོག་ཏུ་འཆི་དགོས་བྱུང་བ་ནི་སོ་སོའི་ལས་ཀྱི་  
ཉར་ལེན་དང་སྤྱོད་ལྟ་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ། དེ་ནས་ཆོ་བ་འགའ་གས་ཀྱི་བར་  
དུ་བྲག་ཕྱག་ཏུ་དགེ་སྟོར་བྲས་ནས་བསྟན་པའི་ལུགས་སུ་བྲས་མོད་ཀྱང་། མི་འདི་དང་འདི་ཞེས་  
བྲ་བ་བསད་དོ། བརྒྱུད་རོ། བརྟེན་གོ་བྲ་བ་སོགས་མི་སྟོན་པའི་གཏམ་སྣ་ཆོག་སོས་པས་  
འཛིགས་སྒྲག་དང་སྟོ་སྒྲར་གི་རང་དུ་གནས་པ་ལས་བག་ཐེབས་པའི་གོ་སྒྲུབས་སྒྲད་ཅིག་ཀྱང་  
མ་བྱུང་། དེ་ནས་ལོ་དེའི་ཆོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ཆེས་བརྒྱའི་ཉེན་མོར་གོ་ལག་སོགས་པའི་མི་

བཙུ་སྒོར་ཞིག་འོངས་ནས་འགྲོ་བེད་ཁྱིད་བྱུང་ཡང་ཐུན་གཟུགས་སྟོབས་ཞན་པས་མགྲོགས་  
 ཐོར་འགྲོ་མ་ཐུབ། དེའི་ཆེ་ལས་བྱེད་འབྲ་བ་དེ་དག་གིས་དག་ཏུ་སྦྱོས་མོད་ཀྱང་གོམ་པ་རེ་བྱང་  
 ལས་བསྐྱོད་མ་ཐུབ་པར་ལུས། དེ་ལྟར་འགྲོ་མ་སྟོད་ཀྱི་ངང་ནས་ས་སྲིབ་ཅམ་ན་གཞི་ནས་རུ་  
 སྟོད་དགོན་པར་འབྱོར། དེར་བདག་གཅིག་ཕྱ་ལག་སྟོང་བ་གཅིག་ཏུ་བཙུག་ནས་བཞག་སྟེ་སྒོ་  
 གྱི་ནས་བསྐྱམས། དེ་རྗེས་མེ་མདའ་འཁྱེར་བའི་མི་གཉིས་སྒོ་བསྐྱུང་བར་བཞག་སོང་བས་དགོད་  
 བོ་བ་ཞིག་བྱུང་། གྱི་ཉིན་ཞོགས་པ་ཐུན་དང་རོགས་པ་མི་བཞི་བཅས་ཐག་པ་ནག་པོ་རེས་ལག་  
 པ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱམས་ནས་བྱུད་འཁོར་བེད་གོར་བྲུགས་ཏེ་ཆུ་ཤར་བཙོན་ཁང་དུ་བསྐྱལ།  
 དེར་བཙོན་རོགས་མི་གངས་བཞི་བཙུ་ཅམ་དང་མཉམ་དུ་ཆོ་བ་གཅིག་ཅམ་བསྐྱད། འཛིན་བཟུང་  
 བྱས་པའི་ཉིན་དེར་དམ་བཅའ་གཉིས་བྱས་ཏེ། གཅིག་ནི་དེང་སང་ཆོས་དང་ཡ་སྐྱབས་རྗེ་རིན་པོ་  
 ཆེར་རོ་སྒོལ་བྱེད་དགོས་ཆོད་དུ་འདུག་པས་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བྱེད་ཐག་ཆོད་ཡིན་སྟམ་པ་  
 དང་། གཅིག་ནི། མཐོན་མི་དགའ་དམའ་ན་དགའ། དམའ་ས་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་ཡིན། ཞེས་  
 པ་ལྟར་དམའ་ས་བཟུང་ནས་ངན་ལས་ཐམས་ཅད་དྲང་དུ་སྒྲུང་སྟམ་པའོ། དེ་ནས་གཟུགས་  
 གཞིའི་བབ་ཀྱིས་ལས་ཀར་མ་བྱིན་ན་འགྲིག་ཆོད་དུ་འདུག་ཀྱང་ཐུར་དམ་བཅས་པ་ལྟར་བཙོན་  
 པ་གཞན་དང་ལྟན་ཅིག་ལས་ཀར་སོང་སྟེ་ཐ་ན་གསང་སྟོད་འདོན་པ་ཡན་ཆོད་ངན་ལས་ཐམས་  
 ཅད་དྲང་དུ་ལེན་པའི་ཁུལ་བྱས། ཡིན་ཡང་གཅིག་ཏུ་གཟུགས་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཞན་པ་དང་།  
 གཉིས་སུ་བྱ་ཆས་ཁོ་ན་ལས་སྐྱ་ཆས་ཡེ་མ་གྲོན་པ་དང་། གསུམ་དུ་ས་བཞོ་རྩོ་སློག་སོགས་ཀྱི་  
 ལས་ཀ་བྱེད་སྟོང་མེད་པར་བརྟེན་སེམས་ཀྱིས་བྱེད་བསམས་ཀྱང་ལུས་ཀྱིས་རྩོ་མི་ཐོགས།  
 ལྷག་པར་ཉིན་གཅིག་ད་རེས་མདུན་མཆོངས་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་བཙོན་པའི་འགོ་དཔོན་རྣམས་  
 ཀྱང་ཕྱིར་དོན་ནས་ལྷང་མ་བཙུགས་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་ཁུལ་བྱས། གཙོ་བོ་ནི་  
 བཙོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་ལུགས་ལྟ་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། ང་རང་



གཅིག་ཕྱི་མ་གཏོགས་བཅོན་པ་གཞན་རྣམས་ནི་གཅིག་ལས་གཅིག་ཞིང་དུ་འཛོན་པ་འདུག་  
པས་ཟེར་མ་རྟེན། ཟན་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་སྒྲུངས་མ་མགུ་ནས་རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་ཆང་མ་ང་རང་གི་  
འཁྲིས་སུ་འོངས་ནས་ངོ་ནག་པོ་བསྟན་ཏེ་ཁྲ་ཡེས་ཁྲས་ཞེས་བོད་སྐད་ལྟར་ན་མགྲོགས་པོ་  
གྱིས། མགྲོགས་པོ་གྱིས་ཞེས་ཟེར་བར་འདུག་ཀྱང་། ང་རང་ནི་རྒྱས་ལྷགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
ནས་དབྱགས་ཆད་ལ་ཁད་པ་བྱུང་། དེ་རུབ་བཅོན་ཁང་དུ་ལོག་ནས་ཀྱང་ད་དུང་བཅོན་སྲུང་  
བས་གཤེག་གཤེག་མང་པོ་བཏང་བ་དང་། བཅོན་པ་ནང་ཆག་རེ་བྱུང་ནས་ཀྱང་བཅོན་པའི་ཞབས་  
འདྲེན་རེད་ཟེར་ནས་བརྟན་སློད་ཅི་ཡང་བྱེད་པ་སོགས་གང་ལྟར་དེའི་ཉིན་མོ་ལས་དཀའ་ངལ་  
ཆེ་བ་སྟོན་ཆད་བྱུང་མ་སྟེང་། དེ་རུབ་ད་ལས་གྱི་ལྷག་མ་འཕྲོད་དེ་ཟེར་བའི་ཉམས་དང་མི་ལམ་  
འདྲེས་པ་གསལ་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེ་ནས་ཉིན་ཞག་གཉིས་སོང་མཆམས་གཟུགས་གཞིའི་བབ་  
ལ་བལྟས་ཏེ་ཕྱི་ལ་ལས་ཀ་འགོ་མི་དགོས་ཞེས་ནང་དུ་བསྐད་ཆོག་པའི་བཀའ་ཁྲོལ་ཐོབ། དེ་  
དུས་གནས་གཤིས་ཤིན་ཏུ་གང་ཡང་འདུལ་ཁྲིམས་ལ་བསམས་ནས་གོས་ཕྱ་བྱང་ཅན་ཡི་མ་  
གྲོན། འཆོ་བ་ཤིན་ཏུ་བཞེན་ཀྱང་དགྲུང་བཅད་ཆག་མེད་དུ་བྱས་པ་སོགས་བསྐྱབ་པ་བརྟན་པོ་  
བསྲུང་བའི་ཁུལ་བྱས། ཕྱི་ལོ་བོད་རྒྱ་དང་བོད་ཆེས་བརྒྱད་ཉིན་དེ་ནས་ལྷ་སའི་བཅོན་ཁང་དུ་  
གཏོང་ཅིས་གྱིས་སོ་སོའི་ཉལ་ཆས་རྣམས་འབྲེར་ལ་མོ་འདྲི་ལམ་བྱའི་ཁར་སྐྱག་སྟོད་ཅིག་ཟེར།  
དེར་སྐྱག་ནས་བསྐད་པས་ཉི་མ་བཞུད་ཙམ་ན་ཅིད་ཐང་ནས་བཅོན་པ་སྐྱག་སྐྱག་སྐྱག་པའི་མོ་ཏ་  
གསུམ་འགྲོར་ཏེ་ང་ཆོ་མི་ལྷ་ཡང་དེའི་ནང་འཇུག་ཅིག་ཟེར། དེ་ནས་རོགས་པ་རྣམས་ནི་གཅིག་  
ཏུ་ལུས་བདེ་ལ་ཡང་བ་དང་། གཉིས་སུ་སྐྱ་ཆས་སྟབས་བདེ་གྲོན་ཡོད་པས་ཤར་གྱིས་འཇུག་  
སོང་ཡང་། ཟན་ནི་ཚུལ་དེ་ལས་གོ་ལྡོག་པས་ཐོག་མར་མོ་ཏ་ལ་འཛོགས་མི་སྟབ་པའི་དཀའ་  
ངལ་ཅི་ཆེ་བྱུང་བས་དེའི་བར་ན་རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་དང་དམག་མིའི་ཉིས་རྒྱུང་གང་འཆམ་  
རག། །དེ་ནས་མོ་འདྲི་ནང་ནས་འཇམ་དཔལ་ཟེར་བའི་མི་ཞིག་གིས་ལག་པ་བསྐྱངས་ཏེ་ཡང་



འཐེན་རོགས་བྱས་བྱུང་བས་མོ་ཏའི་ཐོག་ཏུ་སླེབ་ཅམ་བྱུང་ཡང་གོས་ཅིག་མང་བའི་སྐབས་  
 གྱིས་བཙོན་པའི་གྲལ་བསྐྱར་དུ་འཇུག་མ་ཐུབ་པར་རང་རང་ཁེར་རྒྱུ་འབྱར་དུ་ལུས་པ་ལ་རྒྱབ་  
 ནས་དམག་མི་དང་ལས་བྱེད་པས་ཁྱ་ཚུར་སོགས་མང་པོ་བསྐྱུན་བྱུང་ཡང་བཟེད་ནས་བསྐྱད་རྒྱ་  
 ལས་བྱ་ཐབས་ཅི་ཡང་མ་ཆེད། ཡུད་ཅམ་སོང་མཆམས་གཡས་གཡོན་གྱི་བཙོན་པ་གཉིས་  
 གྱིས་གྲོང་གྲོང་བྱས་པས་གདོད་དེ་གཉིས་གྱི་བར་དུ་འཇུག་ཐུབ་ཅམ་བྱུང་། དེ་ནས་མེ་མདའ་  
 འབྱེར་བའི་དམག་མིས་བཙོན་པའི་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་བརྗོད་དོན། ཉེས་ཅན་ཁྱོད་རྣམས་སྐད་ཆ་  
 ཆོག་གཅིག་ཤོད་པ་དང་གཡོ་འགྲལ་ཏོག་ཅམ་བྱས་ན་དེ་མ་ཐག་མེ་མདའ་བརྒྱབ་སྟེ་གསོད་  
 ཐག་ཆོད་ཡིན་ཟེར་ནས་མོ་ཏུ་འུར་སྐྱ་དང་བཅས་བཏང་སོང་བ་ལས་ནམ་བྱེད་ཅམ་ན་ལྟ་སའི་ཉི་  
 འཁོར་བཙོན་ཁང་ཞིག་ཏུ་བསྐྱལ་བྱུང་། དེ་གའི་བཙོན་སྤང་ཞིག་གིས་ལུས་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱས་  
 རེས་ཁང་མིག་གཅིག་གི་སྒོ་ལྷགས་བཤོལ་ཏེ་སྒོ་ཕྱེ་ནས་ནང་དུ་བཏང་བྱུང་བས་བཙོན་པ་མང་  
 པོ་པག་ལྟར་ཉལ་ནས་འདུག ཁོ་བོ་ཡང་སྒོ་མཆམས་དེ་གར་རང་མལ་དུ་ཉལ་བ་ལས་པར་རྒྱུར་  
 འགྲོ་ས་མི་འདུག སྒོའི་འཁྲིས་སུ་ཆབ་ཏོག་ཆེན་པོ་གཉིས་བཞག་འདུག་པས་དེར་བཙོན་པ་  
 རྣམས་གྱིས་ཆབ་དོར་བ་མགོའི་ཐོག་ཏུ་ལྷུང་ལ་ཉི་བ་དང་། གཡས་གཡོན་ན་ཉལ་བའི་བཙོན་པ་  
 རྣམས་གྱིས་མགོ་ལ་རྒྱུང་བ་རྒྱུང་བ་དང་ཆབ་གསང་དུ་འོང་མི་རྣམས་གྱིས་མགོ་ལ་རྟོག་པས་  
 བརྗེས་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་ཐོ་ལ་ཡང་བ་ཞིག་བྱུང་བས་གྱེ་མ་གྱི་ཏུད་དེ་ཉི་ཆེ་བའི་དཔྱལ་  
 བ་ཞིག་ཏུ་སླེབ་པ་ནི་མིན་མཆི་སྟམ་པ་བྱུང་། ཕྱི་ཉིན་ནམ་ལངས་ནས་ལྷ་དུས་ངོ་ཤེས་པ་ཆེར་མི་  
 འདུག་ཀྱང་། དོན་དུ་བཙོན་པ་པལ་ཆེ་བ་སྐྱུ་དག་སོགས་ལ་རབས་སྒྱུད་བཟང་ཅན་ཤི་སྟག་ཏུ་  
 འདུག་པས་ཡིད་དགའ་བར་བྱུང་། དེ་ནས་སྐྱེ་ལུས་གང་ཡིན་འདྲི་བ་སོགས་སྤྱི་འགྲོ་ཅམ་ཞིག་  
 ལས་དོན་དུ་ནག་ཉེས་གང་ཡང་མེད་པར་བརྟེན་ཞུ་བ་ལུས་འདོད་ཀྱང་ལེན་མཁན་སུ་ཡང་མ་  
 བྱུང་བར་རང་འགར་སྟོགས་བཀག་བཏང་ནས་བཞག །དེ་ནས་དགོང་ཚོ་ཐུག་པ་སྐྱ་པོ་ཞིག་སྟེར་

ཅམ་བྱང་། བཙོན་པའི་འཆོ་བ་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེར་རྩེ་ཞན་དུ་སོང་བས་མཐར་ཞོགས་པར་  
ཅམ་པ་སྤར་གང་ཅམ་དང་། དགོང་མོའང་དེ་ཅམ་ཞིག་ལས་མེད་པར་ཡུན་རིང་སོང་། སྐབས་དེ་  
དང་དེའི་ཆེ་བཙོན་པ་གཞན་དག་ནི་སྟོགས་ནས་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་སོང་ཡང་། ཁོ་  
པོ་ནི་སྤར་ནས་སྤྱིང་བདར་བྱས་ཐེན་པས་བཤེས་སྤང་ཆེར་མ་བྱུང་ངོ་།། དེ་དུས་བཙོན་དུ་ཚུད་  
པའི་མི་དཔྱུས་མ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྒྲ་ཆེན་དང་མི་ཆེན་རྣམས་ཀྱང་བཤེས་པས་བཟོད་བསྐྱོན་མི་སྤྱབ་  
ནས་མིག་གིས་གང་མཐོང་ཟ་ཞིང་། ཐ་ན་བཙོག་ཚུ་འདོར་བའི་འདམ་དོང་ན་ཡོད་པའི་ཆ་ལ་གྱི་  
སྟོགས་མ་རྣམས་ཀྱང་ཆམ་ཆོམ་མེད་པར་སྤངས་ནས་ཅག་སྤྱོད་དང་བཅས་ཉེ་ཟ་བ་མང་པོ་  
མཐོང་། ཅམ་པ་བགོ་ཤིང་བྱེད་དུས་སྐབས་རེ་གྲལ་གཞུག་གི་མི་འགའ་ཤས་ལ་མ་ཁེབས་ནས་  
ཆད་པ་འདྲ་བྱུང་ན་ཐུར་མ་ཚུང་དུ་ཞིག་གིས་མི་རེ་རེའི་ས་ནས་སེན་མོ་གང་ཅམ་རེ་བསྐྱུད་གོས་  
ཤར་ཞིང་། དེའི་ཆེ་བསྐྱུད་ལྟལ་གྱི་མི་རྣམས་སྒོ་པམ་ནས་ངོ་རིས་ཡོངས་སུ་འགྱུར་འགོ་གིན་  
ཡོད། ཚུལ་དེ་མཐོང་བ་ན་ཐུན་ལའང་སྒོ་པམ་ཆེན་པོ་འོང་གིན་ཡོད་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་གཞན་མ་  
ཉིད་ནས་རང་གི་སྐལ་བ་སྤར་གང་ཅམ་པ་དེ་ནས་ཐུན་ཅམ་རེ་འཐེན་ནས་གསོག་འཛོག་བྱས།  
ཕྱིས་སུ་ཆད་པ་ནམ་བུང་མཆམས་མང་ཆོགས་ས་ནས་བསྐྱར་མི་འདུག་པར་ངས་བསམ་བསམ་  
ཆང་མ་དགའ་འགོ་གི་ཡོད་ལ། ད་བསམས་ན་དེང་དུས་ཀྱི་བརྒྱ་མཆོད་སྟོང་མཆོད་ལས་ཀྱང་དེ་  
བསོད་ནམས་ཆེ་བར་བྱུང་འདུག་སྟུམ། སྐབས་ཤིག་ནས་ཅམ་པ་ཐུར་མ་གང་ཅམ་པ་དེ་ཡང་  
མེད་པར་སྤྱད་གོང་གཉིས་སུ་རྒྱ་སྐན་འཐག་པའི་བྱེ་ཅུང་ཟད་རེ་བསྐྱབ་པའི་ཐུག་པ་སྤྱོད་སིང་རེ་བ་  
ཞིག་ལས་གཞན་གང་ཡང་མ་སྟེར། དེའི་ཆེ་སྤྱོད་ཐུག་པ་སྤྱོད་པོ་པོར་གང་ཅམ་བརྟུངས་ཀྱང་ཕྱི་  
ངོ་དགྲུང་བཅད་ལ་བརྟེན་ཐུག་པ་མ་བརྟུངས་ཤིང་། གཞན་ཚུ་ཐིགས་ཅམ་ཡང་མེད་པས་ཅོག་  
ཐུར་བསྐྱད་མ་སྤྱབ་པར་ཉལ་ནས་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་། དེ་ནས་ཐུག་པ་དེ་ཡང་རྩེ་ཞན་ལ་སོང་སྟེ་  
སྐབས་རེ་པག་ལྟོ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་པའི་རྩ་དང་སྤྱོད་འདེས་མ་རེ་བསྐྱབ་ནས་སྟེར་བྱུང་བས་དེས་

རྒྱུན་བྱས་ཏེ་བཙོན་པ་མང་པོ་འདས་ཐོངས་སུ་སོང་། སྐབས་དེ་དང་དེའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་ལྟོགས་ཀྱང་  
 བྱེད་ཁ་ཟས་མི་ཟ་ཞིང་། ཇི་ལྟར་འབྲུག་ཀྱང་གུ་བྱུང་སྟོང་བྱུང་སོགས་བྲིས་པའི་གོས་མི་བགོ་  
 བར་དཀའ་ཐུབ་དྲང་དུ་ལེན་པ་ནི་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་བྱས་འདུག་སྟེ། བཙོན་པ་གཞན་  
 ལ་སྟོ་བསྐྱལ་མི་འདུག་ཀྱང་གཟའ་འཁོར་གཉིས་རེའི་མཆམས་སུ་གོས་གསར་རྩིང་བཟོ་ལེན་  
 བྱེད་བཅུག་པར་བཏེན་དགའ་ཉེ་སྟེན་མཆེད་སོགས་ནས་དུས་ཐོག་ཏུ་དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་  
 ཀྱང་། ཐུན་ལ་ནི་བཙོན་དུ་འདུག་རིང་གོས་བསྐྱལ་མཁན་ལྟ་ཞོག་ཅད་གཅོད་མཁན་ཅམ་ཡང་  
 མ་བྱུང་ངོ་།། དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི། ལར་ནས་ངོ་ཤེས་ཅུང་ཞིང་། དགོ་སྒྲུག་རེ་བྱུང་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་  
 ཐུན་བྱུང་ཐེར་གས་གཏོར་བ་བཞིན་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་འཐོར་བས་ཡིན་ནོ།། དེ་དུས་གཞན་པར་  
 ཞོག་ཐ་ན་ཆབ་གསང་ལ་འགོ་བའི་ཆེ་ཡང་ཅི་དགར་འགོ་མི་ཆོག་པར་རྒྱབ་མདུན་ནས་མེ་མདའ་  
 འབྲེར་མི་རེ་རེ་ཡོད་པས་མཆོན་བྲིས་ས་ཏ་ཅང་ལྷི་བས་ང་རྒྱལ་དང་སྟོབས་པ་ནི་ཡོང་ས་མེད་  
 ལ་དད་ཇུས་གཤིན་ཇུས་སོགས་ཀྱི་དཀོར་དང་ལོག་པའི་འཆོ་བས་ནི་དེ་ཅམ་ཡང་འགོས་ས་  
 མེད་པས། ཆོས་བྱེད་ས་ངོ་མ་ནི་བཙོན་ཁང་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན་འདུག་སྟེ། བྱུང་ཞིང་། བརྒྱལ་མི་  
 ཆེ་འདི་རུ་བསྐྱལ་དགོས་བྱུང་ཡང་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་ནས་ཐོས་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་  
 སྒྲེལ་བས་ཆོག་པས་འགྲོད་པ་སྒྲུ་ཅམ་ཡང་མེད་དོ་སྟེ། ཡིན་ཡང་ཉིན་གཅིག་རེད་མི་  
 གསུམ་གྱི་མིང་ཐོས་ནས་ཉལ་ཆས་རྣམས་དེལ་ལ་བྱིར་ཐོན་ཤོག་ཅིག་ཟེར་ནས་བཙོན་ཁང་སྟོ་  
 བྲེས་བྱུང་བས་བྱིར་ཐོན། དེ་ནས་ལས་བྱེད་པ་གཅིག་གིས་བརྗོད་དོན། ད་རེས་ཁྱོད་གསུམ་  
 སྟོད་བཀོལ་གཏོང་རྒྱ་ཡིན་པས་བཙོན་ཁང་ནང་གི་གནས་ཚུལ་གང་ཡིན་བྱིར་མ་གྱུར་བ་གིས་  
 ཤིག་ཟེར་ནས་བཏང་ངོ་།། བདག་ཅག་བཙོན་པ་རྣམས་པན་ཚུན་ཡིད་གཙུགས་པའི་དབང་གིས་  
 བདག་སོང་བ་ན་ཆང་མ་མཆི་མ་ལྟུངས་སོང་། བདག་ནི་ཕྱ་རིང་ནས་ལྟ་སའི་བར་སྟོར་བར་  
 དུའང་འགོ་མི་བྱབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡང་དལ་གྱིས་བསྐྱོད་པས་ཤི་ཁྱོམ་བྱུང་གི་མི་

ཆང་ཞིག་གི་སྒོ་འགྲམ་དུ་འབྱོར། དེར་དོག་ཁྲིས་ནམས་པ་བ་ནས་བསྐྱད་པས་ལམ་སེང་བྲིས་  
དེའི་ནང་ནས་ཨ་ཅག་གཅིག་མར་ཡོང་ནས་དེ་གསུམ་ལ་ཇ་ཐང་ཆ་པོ་ཞོག་ཏེ་གང་བྲིན་  
བྱུང་བ་དེ་བརྟུང་ནས་གཞུག་ལག་ཁང་དུ་ཆོས་མཇལ་ལ་བྲིན་བས། ཁྲོམ་གཞུང་དུ་མི་ཆེ་ཆུང་  
སྟ་དང་ཐུག་ཀྱང་བཙོན་ནས་སྒོད་པར་ཤེས་ཏེ་སྟབས་ཡག་ཟེར་གྱི་འདུག ལྷ་ས་བ་ནམས་དེ་  
སྒོན་དང་མི་འབྲ་བར་གདོང་ལ་ཐལ་བ་བབ་བ་དང་། ལུས་ལ་གྲོན་རྒྱ་སྒྲོ་བ་སོགས་ཕྱི་རི་ནམ་  
འགྱུར་ཐད་དེ་ཉམས་འདུག་ཀྱང་། ནང་གི་སྙིང་རྗེ་དང་པན་སེམས་ཉམས་མི་འདུག་པས་བདག་  
ལ་མི་དགོས་ཟེར་ཡང་དེུལ་སྙིང་མི་མང་པོ་བྱུང་ངོ་། ། ནམ་བ་གཅིག་ཏུ་ན་ལྷ་ས་བ་ནམས་  
ཀྲིས་བདག་མཐོང་བ་ཙམ་ནས་སྙིང་རྗེ་དེ་འབྲ་སྤྲེལ་བ་ནི་སྒོན་གྱི་ལས་འབྲེལ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་  
འདྲ་སྟེ། དེ་མིན་ན་ཉམ་ཐག་བདག་འབྲ་བའི་སྤྲང་པོ་གཞན་དག་ལའང་སྙིང་རྗེ་དེ་འབྲ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་  
བ་ལ་དེ་མི་འདུག་པའི་བྱིར་ངོ་། ། གཞུག་ལག་ཁང་དུ་ཆོས་མཇལ་ལ་སོང་བ་ན་མཆོད་མེ་ཁབ་ཅེ་  
ཙམ་ཡང་མི་འདུག་པར་བརྟེན་ལྷ་ཁང་གང་དུ་བྲིན་ཀྱང་གང་ཤུར་ཤུར་ཞིག་ལས་མི་སྤྲང་བས་  
ཡིད་སྒྲོ་བ་ལ་ཆོད་མ་བྱུང་། ཨ་ཅག་བཀྲ་སྒོན་ལགས་སུ་གནས་ཆང་གཡར་ནས་ལྷ་སར་མལ་  
ཞག་གཉིས་བསྐྱད། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཐེར་གེ་མི་བྱུང་གཅིག་སྤྲེལ་ནས་འབྲས་སྤྲངས་སུ་བྲིན། དེར་གྲུ་  
བ་པལ་ཆེར་སྤྲོགས་གང་སར་འཕྱོར་ནས་བཞུགས་མི་འདུག་ཅིང་། ལྷག་མ་ཉུང་ཤས་བཞུགས་  
བ་ནམས་ཀྱང་པལ་ཆེ་བ་ལུས་ལ་སྒྱུ་ཆས་གྲོན། ཁར་ཐ་མག་འཐེན། མགོ་ལ་སྒྲུ་རིང་པོར་འཛོག་  
བ་སོགས་དགོན་པའི་ནམ་པ་ཡོངས་སུ་ཉམས་འདུག་པས་སྙིང་ལ་གདུང་བ་བྲག་པོ་སྤྲེལ། དེ་  
ནས་བཟུང་རི་སྤྲོད་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་མ་ཚུགས་གྱི་བར་དུ་མཆོམས་ལ་སྤོད་པའི་ཐོལ་  
བྲས་ནས་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་གཅིག་ཞིབ་ཏུ་མཇལ། དེ་ཡང་བསྐྱབས་ལོ་  
ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཆོས་ཆོན་རེ་རེ་བཞིན་བསྐྱར་བསྒྲོར་ཡང་བསྒྲོར་གྱི་ཚུལ་དུ་ཞིབ་ཏུ་མཇལ་  
ནས་གོ་བ་ཅི་ལོན་དུ་བལྟས་མཐར་སྤྲོགས་འགོ་ཙམ་གོ་བ་ན་བརྗེད་བྱུང་གི་ཚུལ་དུ་བསྐྱས་དོན་

རེ་སྐྱུར་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་རྒྱ་ཆེར་སྤངས་པས་ཡིད་ལ་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཟད་མི་ཤེས་པ་  
 དེ་བྱུང་། དེའི་རྗེས་སུ་དབུ་པར་ལ་ལྟ་སྦྱོར་བྱས་བསམས་ཏེ་དབུ་མ་རིགས་ཆོགས་བྱལ། བྱམས་  
 ཆོས་སྡེ་ལྷ། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་སོགས་སྒོར་བཟུང་སྟེ་རྒྱ་འགྲེལ་མང་པོ་དང་སྤྲགས་ནས་གོ་  
 བས་ཆོད་ངེས་སུ་སྤངས། རིགས་ཆོགས་ནམས་ལ་ཁྱེལ་རེ་ཡང་བཏབ་སྟེ། ཕྱིས་དོན་གྱི་བདག་  
 པོའི་སྐུན་ལམ་དུ་སོན་ཏེ་སྤྲགས་དགྲེས་པའི་མཆོད་སྤྱིན་དུ་གྱུར་འདུག ལྷག་པར་གསེར་འཕྲེང་  
 དང་ནམ་བཤད་སྟོང་རྒྱན་སོགས་ཞིབ་དུ་བལྟས་ཏེ་པར་ཕྱིན་གྱི་གཞུང་ལ་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་  
 སྤངས་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་མོད་ཀྱང་གཅིག་དུ་ཚོད་པས་བརྟུང་ཤིང་ཅམ་གཙུག་རྒྱུ་མ་བྱུང་བ་  
 དང་། གཉིས་སུ་བྲན་ཤེས་མི་བརྟན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཆོག་རིས་པལ་ཆེར་བརྟེན་ནས་ཡིད་  
 ཡུལ་དུ་མི་གདའོ། ཡིན་ཡང་བྱུབ་དོན་སྟོང་པོ་ནི་སེམས་གསལ་རིག་དང་རོ་གཅིག་དུ་སོང་  
 བས་བརྟེན་པར་མི་སྦྱོད་དོ། ། ལྷུགས་སྤྲུལ་སུ་ཡི་དམ་ལྟའི་བསྟེན་པ་འདྲ་ཡང་བསྐྱུལ་བའི་  
 ལུགས་སུ་བྱས་ཏེ་ཁ་སྐོང་སྤྱིན་སྟེག་དང་བཅས་པ་གསང་སྟབས་སུ་ལན་བྱས་ཅམ་བྱས་པ་བྲན་  
 བོ། ། ལྷུགས་ཤིག་པ་ཡུལ་ནས་ཡི་གེ་ཞིག་འཕྱོར་བའི་ནང་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱུ་གཤེགས་བྱུབ་  
 པའི་གནས་ཚུལ་འཁོད་འདུག་པ་མཐོང་འབྲལ་སྟོང་ལ་ཆེར་མ་བྱུག་པ་ལྟར་གྱུར་ཏེ་ཁག་རྒྱུང་  
 གིས་དེ་དུ་བརྒྱལ། དེ་ནས་རིག་པ་བསྐྱིམས་ཏེ་དགོངས་ཚོགས་མཆོད་འབུལ་སོགས་ཅི་ལུས་  
 ཅི་སྟོགས་སྐྱུ་བ་ཁྲལ་བྱས་པ་ལས་གཞན་བྱ་ཐབས་དང་བྲལ། ལྷུགས་ལེགས་པ་ཞིག་ནི་དེ་དུས་  
 མོག་འཁྲུག་པ་ལྟ་བུའི་དུས་ཡུན་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཆོས་དད་རང་མོས་ནལ་མ་ཞིག་དང་། གཞུང་  
 ནས་མར་ཡང་ཅི་དགོས་བཅོངས་པའི་སྤྲུལ་དང་འཁེལ་བས་རྩོ་ཤྲག་ནམ་གསུམ་གྱིས་མཆོན་  
 རྟེན་འགངས་ཆེན་ནམས་ཀྱི་བྱུང་དུ་དཀར་མེ་སོགས་གང་ལེགས་འབུལ་རྒྱ་བྱུང་བ་ནི་སྒྲ་མ་རིན་  
 པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་བསོད་དུ་གདའོ། ། དེ་གང་ལགས་ཤེ་ན། ཞག་བཅུ་སྟོར་ཞིག་ནས་སྤལ་བ་བཟང་  
 པོ་དེ་འཇམ་ལྟར་ཡལ་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་ལོ་ངོ་བཞི་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་མཆོམས་བསྟེན་

སྐྱུལ་དང་བཀའ་འཁྱུར་ཞལ་མཛལ་བ་སོགས་དག་སྒྲིར་གང་ལེགས་བྱེད་རྒྱ་ལྷུང་ཡང་འདུས་  
 བྱས་སོ་ན་མི་སྡོད་པའི་སྐབས་ཀྱིས་དེའི་མཛུགས་ཐོག་ཏུ་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཟེར་བའི་ལས་  
 འགུལ་གདུག་རྒྱབ་ཅན་དེ་ལངས་པར་གྱུར་བས་མཆོམས་ལ་འདུག་རྒྱ་ལྷ་ཞོག་མ་ཉི་ཅམ་ཡང་  
 འདོན་མི་ཆོག་པའི་ཁྲིམས་བཅས། ལྷག་པར་བྱ་བ་གཅིག་སྒྲོ་བུར་དུ་ཆོགས་འདུ་ཆེན་པོ་གཅིག་  
 འཆོགས་ཏེ་འགོ་བེད་ནས་བྱུང་བ་སྐྱབས་བྱས་དོན། དེ་རིང་དགོང་མོའི་རྒྱ་ཆོད་ལྷ་པ་ཅམ་ན་  
 དམར་སྤྱང་དམག་ལྷ་ས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཅུར་ནས་སྤྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ཡོད་རྒྱ་གཏོར་ཟེན་  
 འདུག་ན་དམག་འདིར་ཡང་རིང་མིན་ཐེབས་རྒྱ་གཏན་འཁེལ་ལ། དེར་བརྟེན་རང་རེའི་རྟེན་  
 གསུང་འདི་རྣམས་ཀྱང་རི་སྤྱང་སྤྱང་དམག་མ་འབྱོར་གྱི་བར་དུ་ཅོག་གེར་བཞག་གམ། ཡང་ན་  
 རང་འགུལ་གྱིས་གཏོར་བ་གང་ལེགས་ཆང་མས་གོ་བསྐྱར་བྱ་དགོས་འདུག །ངས་བྱས་ན་རང་  
 རེས་སང་ཉིན་ནས་འགོ་བརྒྱམས་ཏེ་རིམ་བས་གཏོར་ན་དགའོ་སྟམ། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ལམ་  
 ཞེག་སྤྱང་དམག་མ་ཕྱོན་གྱི་བར་དུ་བཞག་ན་གཅིག་ཏུ་རང་རེ་རྗེས་སྤྱས་ཐེབས་པར་འགོ་ལ།  
 གཉིས་སྤྱ་དམར་སྤྱང་དམག་པོ་རྒྱང་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེ་སེལ་མེད་པར་ཆང་མ་གང་བྱུང་དུ་གཏོར་  
 ཏེ་ཐ་རྒྱུན་རིན་ཐང་ཅན་རྣམས་ཀྱང་གཏོར་བཞིག་ཏུ་འགོ་བའི་ཉིན་ཁ་འདུག གལ་ཏེ་སོ་སོས་  
 ལག་པ་འཆང་ན་དགོས་པའི་གསེར་དདུལ་དང་སྤྱ་རྒྱུན་སོགས་རྒྱར་ཉར་ལ། མི་དགོས་པའི་  
 རིགས་ལྷ་སྤྱ་སོགས་པར་གཏོར་ནས་གང་ལའང་འཐུས་ཤོར་མི་འགོ་བའི་བྱང་ཡོང་བར་འདུག  
 ཡིན་ཡང་གཙོ་བོར་མང་ཆོགས་རྣམས་གོས་བསྐྱར་གྱིས་ཞིག བརྒྱ་ལ་རྟེན་གསུང་རྣམས་  
 གཏོར་གྱི་མིན་ཟེར་ན་དོན་དུ་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་བྱེད་གྱི་མིན་ཟེར་བར་འགོ་བས་དེ་སྤྱགས་  
 ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་སོངས་ཞིག་ཟེར་རོ། དེའི་ཆེ་མང་ཆོགས་པལ་ཆེ་བ་ཡིད་ལ་གཏོར་འདོད་མེད་  
 བཞེན་དུ་ཞེད་སྤང་གིས་གཏོར་རྒྱར་མོས་མཐུན་བྱས་སོང་ཡང་། བདག་ནི་འདི་ལྷ་བྱའི་ལས་  
 ངན་ཆབས་ཆེན་གསོག་པ་ལས་ཞི་ན་དགའ་སྟམ་དུ། བྱེད་རྣམས་གཏོར་མ་གཏོར་སོ་སོའི་



ཐུགས་འདོད་ལྟར་བྱོས་ལ། ང་ནི་མི་གཏོར་ཐག་ཚད་ཡིན་པས་དེས་ན་འདིའི་ཉེས་ཆད་དུ་བྱུང་  
ན་བཙོན་ལ་འཇུག་པ་གནང་རོགས་དང་། དེ་མིན་རང་སྟོག་ནི་རང་ལ་དབང་བས་ཐག་གཅོད་  
བྱས་ཆོག་པ་མཁྱེན་བྱས་པས། དེར་ཡིན་དེ་མིན་ཟེར་མཁན་ཅང་མ་བྱུང་ཡང་། མྱོ་བྱར་དུ་རང་  
སྟོག་བཅད་ཀྱི་དོགས་པ་ཡིན་ནམ། གང་ལྟར་ཆོགས་འདུ་བྱོལ་འཕྲལ་འགོ་ཁྲིད་པ་གཉིས་  
འོངས་ནས། ཁྱོད་སང་ཉིན་མིག་ལྟ་བར་ཡོང་བ་ལས་གཞན་ལྟ་རྟེན་སོགས་གང་ཡང་མ་གཏོར་  
ན་འགྲིག་གོ། དེ་བས་རང་སྟོག་བཅད་ན་སྤྱག་གྱོང་ལས་མེད་པས་བསམ་སྟོ་སྤྱབས་སུ་བ་དོག་  
པོ་དེ་འབྲམ་གཏོར་ཞིག་ཟེར་བྱུང་། དེར་ལན་དུ་གཏོར་མི་དགོས་གསུངས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བའི་  
གནས་ཡིན་མོད་ཀྱང་། མིག་གིས་མཐོང་ནའང་བརྒྱལ་འགྲོ་བར་འདུག་པས་ལྟ་བར་ཡང་འགྲོ་  
མི་དགོས་པ་མཁྱེན་བྱས་པས། དེ་ངེས་གཉིས་ནས་ཐག་མི་ཆོད་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་རོགས་པ་རྣམས་  
དང་གྲོས་བྱས་ནས་ལན་བསྐྱལ་ཡོང་། གལ་ཏེ་ལན་མ་བྱུང་ན་སྟོད་ཅིག་ཟེར་ནས་སོང་ངོ་། དེ་  
ནས་རིམ་གྱིས་གཏོར་བའི་འགོ་བརྩམས་ཏེ་བཀའ་བསྟན་འགྱུར་སོགས་གསུང་རབ་ཤུ་ཏེ་  
རྣམས་མེར་བསྐྱབས་ནས་དུ་བས་ནམ་མཁའ་ཁེངས། འཇིམ་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་གཟུངས་གཞུག་རིན་  
པོ་ཆེ་སོགས་བྱུངས་ནས་ཆག་བྱམ་རྣམས་གད་སྟོགས་སུ་དོར་བས་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོ་རི་ཅམ་དུ་  
བྱུང་། གསེར་དུལ་གྱི་སྐྱ་དང་མཚོད་བའི་ཡོ་བྱད་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱངས་འཁོར་དུ་མས་ལོ་རྒྱ་  
སྟེལ་ཏེ་ག་ཕེད་དུ་དཔོར། ཐོག་མར་ཆོགས་ཆེན་དང་གཅིག་གྱ་ཆང་བཞི། ཁང་ཆན་མི་ཆན་  
གཉིས་ཏེ་བདུན་ལ་ལག་པ་མ་འཆང་བར་རང་སོར་འཛོག་རྒྱ་བྱས་ཀྱང་། དེར་ཆ་མི་གནས་པར་  
རྗེས་སུ་བདེ་ཡངས་གྲ་ཆང་ཅ་གཏོར་དུ་བཏང་ཞིང་། དེ་འཕྲོས་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་གསུང་ཡང་  
གཤགས་ཅན་རྣམས་མ་གཏོགས་པལ་ཆེ་བ་གཏོར། དེའི་ཆེ་སྟོང་གས་ལ་ཐུག་བའི་སེམས་གདུང་  
སྟེལ་ཏེ་སྤྱིའི་རྟེན་གསུང་སྤྱིས་གཏོར་བ་ལ་འགོག་ཐབས་མ་བྱུང་ཡང་། སྒྲེར་སོ་སོའི་སར་བྱིན་  
ནས་རང་གི་རྟེན་གསུང་ནི་རང་ལ་དབང་བས་མ་གཏོར་ཅིག་ཟེར་ནས་བཀག་འགོག་བྱེད་པར་



ཕྱིན་ཀྱང་། སུ་གཅིག་ཀྱང་བཀག་མི་བྱུང་བའི་ཆེ་འོན་པའི་སར་བསྐྱལ་ཤོག་དང་། ངས་ཉར་  
ཆགས་བཀྲིས་པས་ཆོག་གི་བྱས་པས། ཆང་མ་དགའ་ནས་ངའི་སར་བསྐྱལ་བྱུང་བས་བཞག་ས་  
མ་རྟེན་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་། ཕྱིས་སུ་ནི་དགོན་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ལྷ་ས་སོགས་ནས་ཀྱང་རྟེན་གསུང་  
བསྐྱལ་མི་བྱུང་བ་རྣམས་རང་སྟོག་སྟོས་བཏང་སྟེ་ཉར་ཆགས་ལེགས་པར་བཀྲིས། དེའི་  
དམིགས་ཡུལ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཅམ་མེད་དུ་བཏང་བའི་སྟོར་བ་དན་པ་འདི་བྱུང་བས།  
ཡ་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་བྱ་ཏི་གཅིག་ཅམ་ཉར་ཆགས་བཀྲིན་བྱུང་ནའང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་དང་  
འགྲོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཏེ་འོངས་སྟུང་པ་ལས་གཞན་དམིགས་ཡུལ་གང་ཡང་མ་མཆིས་  
སོ།། ལྷ་བས་དེ་དུས་ཕྱོགས་གང་སར་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཟེར་བའི་ཐུན་ཞགས་ཀྱིས་  
ཁེབས་པར་བརྟེན་མཐར་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ཡང་བསྐྱེད་རྒྱ་ལྟོག་གི་ཐ་ན་འཕྲེང་བ་ཅམ་  
ཡང་ཉར་མི་ཆོག་པའི་ཁྲིམས་སུ་གྱུར་ཅིང་། སུས་ཀྱང་མ་ཉི་ཅམ་ཡང་མཛོན་གསལ་དུ་འདོན་མི་  
རུས་པའི་ཐུན་ནག་ཏུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ཡིད་ལ་དབང་འདི་ལྟར་བསྐྱེད་དེ། གང་ཡང་ཐུན་ནག་ཏུ་  
སོང་དུས་སྟོན་མེ་སྤར་དགོས་ཀྱི། ཉི་མ་ཤར་དུས་མི་དགོས་པ་ལྟར་བསྟན་པ་ཅམ་མེད་དུ་སོང་  
བའི་དུས་ལྷ་བས་འདི་ལྟ་བུར་རུས་ཤུགས་ཡོད་ཆད་བཏོན་དགོས་ཀྱི། སྤར་བསྟན་པ་ས་དར་རྩོ་  
དར་དུ་བྱུང་བའི་ཆེ་བཏང་སྟོངས་སུ་བསྐྱད་པས་ཆོག་སྟུང་པ་བྱས་ནས་རྟེན་གསུང་བཞུགས་སུ་  
འཆལ་ཆོས་བཤམ་དུ་ཡར་བསྐྱེད་སྟེ། དེ་དག་གི་མདུན་དུ་དཀར་མེ་སོགས་མཆོད་སྟོན་མཆར་  
དུ་དངར་བ་རྣམས་ལེགས་པར་བཤམས། ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་ནམ་ཡིན་ལ་མར་རྒྱ་མ་བརྒྱ་  
ཕྲག་བཀྲལ་བར་བཞུགས་ཏེ་མཆོད་མེ་དང་། ཆོགས་འཁོར་རི་ལྟར་བཞེགས་ནས་ཕྱོགས་དུ་མ་  
དང་ལྷན་དུ་མཆོད་པའི་རོལ་དབྱངས་གདངས་དང་བཅས་ལེགས་པ་འཐེན་པ་སོགས་ཏེ། མི་  
རྣམས་ཀྱི་སྟོ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་བ་ཅམ་བྱས་སོ།། ལྷ་བས་དེར་ཆོག་འདི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་བཅུམས་ཏེ།  
བྱུང་བསྟན་འདི་འབྲེལ་སྟེ་ཐེམ་དུས་འདིར། མེ་འཁྲེར་ཅམ་ཀྱི་སྟོ་བས་ལས་མེད་ན་ཡང་།། ཅི་

ཡོད་ཀྱས་པས་སྤང་བ་མི་འབྱིན་ན།། བསྟན་ལ་བཏང་སྟོམས་བྱས་པར་ཅིས་མི་འགོ།། ཞེས་  
 པའོ།། སྦྱར་བདུད་ཀྱི་ཁྲིམས་གནག་པ་དང་། མི་གཞན་དག་མ་ཉི་ཅམ་བཏོན་པ་ལའང་ཁྲིམས་  
 བཅད་པའི་ཆོད་དང་སྦྱར་ན་དོ་རྒྱབ་ཀྱི་བྱེད་ལུགས་བྱེད་སྟངས་འདིས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཤེས་  
 བྱས་སང་ཉིན་ཁྲིམས་ལ་སྦྱར་བའི་གནས་ཡོད་སྟམ་པ་ཤ་སྟག་བྱང་ཡང་། དཀོན་མཆོག་གི་  
 ཐུགས་རྗེས་བདུད་ཀྱིས་སྒྲགས་རྟེན་པར་མ་སྦྱར་ཏོ།། མདོར་ན་སྐབས་དེ་དུས་ནག་ཕྱོགས་པས་  
 རྟེན་གསུང་གི་རིགས་ནམས་པར་བསྦྱར་བ་ལ་ངས་ནན་གྱིས་ཚུར་སྦྱག་། རག་ཕྱོགས་པས་རྟེན་  
 གསུང་ཤུལ་མེད་དུ་བཅོམ་པ་ལ་ངས་པར་བཞོ་བ་སོགས་རྟེན་གསུང་མཐའ་ཡས་པ་ནམས་  
 གསར་དུ་བཞེངས། རག་ཕྱོགས་པས་སྟན་པ་དམར་སེར་ཅམ་ལའང་དགར་བཟུང་སྟེ་རབ་བྱང་  
 མིང་མེད་དུ་བྱས་པ་ལ། ངས་རབ་དུ་བྱང་བའི་རྟགས་ཆ་ལུགས་མ་ཉམས་པར་བྱས། རག་  
 ཕྱོགས་པས་མི་ནམས་ལོག་པའི་ལམ་དུ་བགྱི་བ་ལ། ངས་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་འབྲིང་གང་ཐུབ་  
 བྱས། རག་ཕྱོགས་པས་བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེདས་པ་ལ། ངས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
 བསྐྱེདས་པ་སོགས་ཏེ། མདོར་ན་གང་གི་ཆེ་ནག་ཕྱོགས་པས་བསྟན་པ་མེག་མེད་དུ་འཛོམས་  
 པར་བྱས་པ་དེའི་ཆེ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་དེ་དང་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པའི་སྦྱོར་བ་  
 རུང་ཟད་རྩོམ་གས་པར་བྱང་བ་ནི། སྤར་ལོ་རྒྱང་དུའི་དུས་སུ་བསྟན་པ་དང་འགོ་བའི་དོན་དུ་རང་  
 སྟོག་སྒྲོས་གཏོང་བྱས་པར་ཤོག་ཅེས་སྟེ་སའི་ཡོང་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་སྦྱ་མདུན་དུ་སྟོན་ལམ་ཡང་  
 ཡང་བཏབ་པའི་འབྲས་བུ་རུང་ཟད་དུས་སུ་སྟོན་པ་འདྲའོ།། ངས་རྟེན་གསུང་བསྒྲིགས་པ་དང་  
 མཆོད་འབུལ་བྱེད་པ་སོགས་མཐོང་བ་ན་མི་ལ་ལ་དགའ་ནས་མིག་རྒྱ་ཤོར་བ་དང་། ལ་ལ་ཞེད་  
 བྱས་ངོ་རིས་འགྱུར་བ་སོགས་ཏེ་སྟོམ་ཆོགས་འོང་གིན་ཡོད་ལ། རྒྱས་ཡོད་པལ་ཆེ་བས་ནི་བྱེད་  
 ལུགས་བྱེད་སྟངས་ལ་དཔགས་ནས་སྤྱི་ཅམ་མ་གཏོགས་ཁྲིམས་རར་ཚུད་པར་ཐག་བཅད་  
 ཅིང་། ཡང་ཤ་ཆ་སྟེང་ཉེ་དུ་མ་ཞིག་གིས་ནི་ད་ལྟའི་དུས་སུ་འདི་འདྲ་མཛོན་གསལ་བྱར་མི་རུང་

གི། ཉམ་ཞིག་སླིག་ཁྱིམ་ས་ཅུང་ཟད་ལྟོད་ཡངས་སུ་སོང་བ་ན་བྱས་པས་ཆོག་ཟེར་ནས་ཁ་བར་  
བསྐབ་བྱ་བྱེད་མཁན་ཡང་བྱུང་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་རི་སྐད་བཤད་པ་ང་ལ་པན་སེམས་  
ཡིན་པ་ཤེས་མོད་ཀྱང་། ཁ་ལ་ཉན་གྱི་མིན། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཅིག་དུ་དཀོན་མཆོག་སྤྱགས་  
རྗེ་ཆེ་བ་དང་། གཉིས་སུ་བསམ་པ་ལ་བསྐད་མེད་པས་བཅོན་དུ་རང་མི་ཚུད་ལས་ཆེ། བརྒྱ་ལ་  
ཚུད་ཀྱང་བསྟན་པའི་དོན་དུ་ཡིན་པས་སློ་འགྲོད་མེད་དོ། ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་མ་བྱེད། རྗེས་མ་བྱེད་  
ཟེར་བ་ནི་ས་རུབ་དུས་ཞུན་མར་མ་སྤར། ཉི་མ་ཤར་དུས་སྤར་ཟེར་བ་དང་འབྲ་བ་མིན་ནམ་བུས་  
པས། དེ་ཕྱིན་ཆད་ཁ་བར་བྱེད་མཁན་མ་བྱུང་ངོ་། ། འདིའི་ཡས་མས་སུ་སྤྱིད་ན་དཀོན་པའི་དམ་  
རྗེས་ཀྱི་རིགས་དབག་དུ་མེད་པ་ཞིག་ལག་སོན་བྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱུ་ལ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
ཉེན་གསུང་རྣམས་གཏོར་སྐབས་དེའི་སླིག་ཁོངས་སུ་རང་དབང་མེད་པར་ཚུད་པའི་བྲག་གཡབ་  
པ་དོན་འབྱུབ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་ལྟ་སོ་སོའི་གཟུངས་གཞུག་ནས་བྱུང་བའི་དམ་རྗེས་ཀྱི་  
རིགས་དབག་དུ་མེད་པ་ཞིག་བསྟུ་བྱུང་འདུག་པ་རྣམས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་འཛོར་དུ་མི་འཇུག་པར་  
བདག་ལ་སྟེར་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་སྤངས་སོ་བྱང་དང་། ཀྱན་དགའ་ར་བ་སོགས་ཀྱི་  
ལྟ་སྟེ་ཉེན་གསུང་རྣམས་གཏོར་སྐབས་སྤགས་བྲུང་ག་དབང་དབྱིག་གཉེན་ལགས་ནས་སངས་  
རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐུ་རུས་རིང་བསྐལ་འཕེལ་གདུང་སོགས་བྲངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་  
བསྟུས་ཏེ་ཉར་ཆགས་བཀྱིས་འདུག་པ་རྣམས་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་བདག་ལ་སྟེར་བ་དང་། གཞན་ཡང་  
གཟིམས་ཤག་སྟེ་ལྟ་ཤར་གྱི་དམ་རྗེས་ངོ་མཆར་ཅན་ཡོད་ཆད་དང་། གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་སོ་  
བྲང་པའི་ཉེན་སྐམ་དུ་དམ་རྗེས་ཀྱི་རིགས་རི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་པའི་ཆ་ཤས་རེ་ཡང་བདག་ལ་  
བྱུང་བ་སོགས་ཏེ། མདོར་ན་ངོ་མཆར་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་བའི་དམ་རྗེས་བྱིན་རྒྱལས་ཅན་མཐའ་  
དང་ལུ་མེད་པ་ཞིག་བདག་གི་སྐལ་བར་ཐོབ་པ་རྣམས་པོད་མི་དམངས་ལ་པན་ཐོགས་པ་ཞིག་  
བྱ་སྟེ་དུ་ཐམས་ཅད་ནས་ཆ་ཤས་རེ་བྲངས་ཏེ་བསྟུས་ནས་རི་ལུང་བྱིལ་ཏེ་པོད་རིགས་ཡོངས་

ལ་འགྲོད་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་པ་སྟེ། མཐོང་ཆོས་སུའང་པན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེར་བྱུང་སོང་  
 རོ།། འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཐ་ཤིང་ཤིབ་པ་བརྗོད་དུ་མི་བྱས་མོད། འོན་ཏེ་ཕྱོགས་ཅམ་བརྗོད་ན། ལྷ་ས་  
 རྩ་ཆེའི་ཁུལ་དུ་གནས་སྟོན་བྱེད་པའི་བཙུན་པོའི་ལགས་ཟེར་བའི་མི་ཞིག་ན་ནས་མི་དམངས་  
 སློན་ཁང་དུ་ཡུན་རིང་བསྟེན་འདུག་ཀྱང་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེར་རྩེ་སྤྱག་ཏུ་སོང་ནས་མཐར་འཁེ་  
 བ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་ཆོ་བྱ་ཐབས་གཞན་ཟད་ནས་དེའི་ནང་མི་ཞིག་བདག་གི་གམ་དུ་སྟེབ་  
 བྱུང་བ་ལ་རིལ་བུ་ཞིག་བསྐྱར་བ་བཏང་བས་དེའི་སང་ཉིན་ནས་ཟླ་འགོ་ཚུགས་ཏེ་ཉིན་གཅིག་  
 གཉིས་ནས་སངས་ཟླ་བྱུང་སྟེ་ད་ལྟའང་བདེ་ཐང་དུ་གནས་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ལྷ་ལྷན་རྒྱ་མིག་  
 །ཤར་དུ་སྟོད་པ་མིང་ལ་དབྱངས་ཅན་སྟོལ་དཀར་ཟེར་བ་ཞིག་ལོ་མང་ན་ནས་རྩེ་སྤྱག་ཏུ་བྱིན་ཏེ་  
 ལུབ་གཅིག་དབུགས་ཟད་དེ་ཆད་པས་ལམ་སང་རིལ་བུ་འདི་བཞིན་རྒྱར་སྤངས་ཏེ་ཁར་སྐྱགས་  
 བ་ན་འཕལ་དུ་སྐྱར་གསོས་ཏེ་སང་ཉིན་ནས་རོགས་ཀྱང་མི་དགོས་པར་པར་རྒྱར་འགོ་སྐྱབ་པ་  
 བྱུང་། ཡང་པ་ལུལ་སྟོད་ལྱང་ནས་ཡིན་པའི་བཙུན་མ་སྟོ་བཟང་དམ་ཆོས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡུན་རིང་  
 ན་ནས་ལྷ་སར་སྐྱབ་ཁང་བསྟེན་པར་བྱིན། དེ་ནས་རྩེ་སྤྱག་ཏུ་སོང་སྟེ་མཐར་སྐྱབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 མི་འཆོ་བར་ཐག་བཅད་ལ་ནང་ཉེ་སྐྱབ་མཆེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དོ་ལུབ་ལས་མི་སྟོད་པར་ཐག་  
 བཅད་དེ་བྱིན་རྟེན་འདི་བཞིན་སྤངས་ནས་བཞག་། སྐྱགས་གྲབ་བྱས་ཀྱང་དེ་དུས་རིག་གནས་  
 གསར་བརྗེའི་སྐབས་ཡིན་པས་མི་གཞན་གྱིས་མཐོང་སར་སྐྱགས་མི་ཤེས། དེ་ནས་ནམ་བྱེད་  
 ཅམ་ན་མི་རྣམས་སོ་སོར་སོང་བར་བརྟེན་གདོད་ཁར་སྐྱགས་སྐྱབ་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ལམ་སང་ན་  
 ཆ་མེད་པ་ལྷ་བྱར་སོང་བས། སང་སྐྱབ་པ་རྣམས་སྐར་འོངས་ནས་ནད་པ་ལ་གང་སྟེར་བ་ཡིན་  
 ཞེས་བྲི་རྩད་ནན་པོ་བྱས་འདུག་ཀྱང་འོད་ལུས་མི་འདུག་ཡང་རྒྱ་སྤྱག་ཅིག་ན་ནས་ཆབ་གསང་དུ་  
 ཁྱག་ཐོན། དེའི་པ་མ་གཉིས་རྒྱ་རིགས་འགོ་ཁྲིད་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་བརྟེན་སྐྱབ་ཁང་ཟླ་བའི་ཟླ་  
 ཆད་དུ་ལོ་དང་ལོ་བརྒྱད་ནས་བསྟེན་ཀྱང་ཟླ་བྱེད་མེད་པར་རྩེ་སྤྱག་ཏུ་སོང་། དེར་པ་མ་གཉིས་

ཀ་ཆོས་སྒྲུང་དཀར་བ་ཞིག་ཡིན་འདུག་པས་བྱ་འདི་བཞིན་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་སྒྲེ་བ་ཡིན། འདི་ཞི་ན་  
དེད་གཉིས་སྔོན་ཐབས་མེད་པས་ཆོས་སྒྲིག་ནས་པན་ཆ་འདྲ་བྱུ་ཡོད་ནའང་བྱེད་རྒྱུ་གས་  
ཞེས་བོད་རིགས་ཞིག་ལ་ལབ་འདུག་ཅིང་། དེ་སྤྲོ་གྱི་སར་སྒྲེབ་བྱུང་བ་ལ་རིམ་བྱ་གཅིག་  
བསྐྱར་བས་རིམ་བྱ་བཏང་ནས་ཞག་གཅིག་ལས་མ་སོང་བར་ཁྲག་ཐོན་མཆམས་ཆད། དེ་ནས་  
གཟུགས་སྟོབས་ཀྱང་སྒྱུར་དུ་སོར་ཚུད་པ་སོགས་ཏེ་དེ་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་མཐའ་ཡས་སོ།། གཞན་  
ཡང་རིམ་བྱ་འདི་བཞིན་གཅིག་ལས་དུ་མར་འཕེལ་འགོ་བར་འདུག་ཅེས་མང་པོ་ཞིག་གིས་  
བདག་ལ་བརྒྱས་མོད་ཀྱང་ཐོག་མར་ཡིད་མ་ཆེས། དེ་ནས་གོ་བོ་ཆོས་མཛད་དག་འདུན་ལགས་  
ནས་ཤོག་ཆག་གཅིག་ཏུ་རིམ་བྱ་དོ་གངས་ཉི་ཤུ་ཅུ་རྒྱགས་ཏེ་བཞག་སོང་བ་ལ་བྱིས་ཁ་བྱིས་  
ནས་བལྟས་པས་དོ་གངས་བཅུ་བཞི་དངོས་སུ་འཕེལ་འདུག་པ་སྤྲོ་རང་གིས་མངོན་སུམ་དུ་  
མཐོང་བས་མཆོད་འདིའི་དོ་མཆར་བརྗོད་ན་རྫོགས་པའི་མཐའ་མེད་དོ།། ལྷན་པས་ཞིག་རྒྱུ་ལས་  
བྱེད་མང་པོ་ཞིག་སྤྲོ་སར་ཡང་ཡང་འོངས་ནས་བསམ་ཚུལ་ཡི་གེ་བྲིས་ཤོག་ཟེར་ནས་བྲིས་  
ཟེན་པ་ན་འཁྲེལ་ཏེ་འགོ་གིན་འདུག་ཐོག་མར་དེའི་གནད་དོན་ཅི་ཡིན་མ་འཆལ་ཀྱང་། བྲིས་ནང་  
ཉི་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ལ་དོགས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད་ཟེར། དོགས་པ་གང་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་བྱས་  
པས། མི་གཞན་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་ཤག་གི་ཉི་འགྲམ་ན་བོད་རང་བཅོན་ཡིན་ཟེར་བའི་ཡི་གེ་  
གཅིག་འདུག་ཟེར་ནས་ལས་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱད་པས། དེས་དོགས་པ་ཟ་ནས་ཡི་གེ་དེ་དང་  
ཁྱོད་ཀྱི་ལག་རིས་གཉིས་འདྲ་ཡིན་འདུག་མི་འདུག་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་སྐྱང་རེད་ཟེར་བས་གདོད་  
གནད་དོན་རྫོགས། དེའི་བྱི་ཉིན་ཡང་སྒྲེབ་བྱུང་བ་ལ་ད་ཆུར་མགོ་གཡོགས་ན་པར་ཡང་  
གཡོགས་བསམས་ནས་བསམ་འཆར་ཡི་གེ་འབྲི་བ་ལ་ཉི་བར་མཁོ་བའི་ཆོས་ལུགས་བོད་  
གཅིག་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་ཡོད་པས་དེ་སྤྲོ་ལ་གཡོར་དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་པན་ཐོགས་  
ཡོད་པའི་བསམ་འཆར་ལེགས་པ་ཞིག་བྲིས་ཆོག་བྱས་པས། མགོ་འཛོམས་ནས་བདག་ལ་སྟེར་

བྱུང་མྱེ། དེ་ནི་དཔེ་རྒྱུན་ཡིན་ཏུ་དགོན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། དེ་ནས་ད་  
 ཏུང་འགའ་ཟུང་གཡར་རོགས་བྱས་པས་གདོད་གཡོ་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ་དེ་ནས་གཡར་མ་བྱུང་། ཁོ་  
 བོས་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་དང་གཞན་གཉིས་བསྐྱར་ནས་བརྟག་དབྱུང་མང་པོ་བྱས་པའི་མཐར་ལག་  
 རིས་མི་གཅིག་པར་ཐག་ཚད་འདུག་པས་ཞུ་མོ་གཡོགས་བསམས་ཀྱང་གཡོགས་ས་མ་ཆེད་  
 པར་ལུས་སོ།། མི་དཀར་པོ་ལ་ཞུ་ནག་པོ་གཡོགས་ཅིས་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་ནི་དང་སང་ཡང་  
 འདི་ན་གསོན་པོར་གནས་འདུག་ཅིང་། གནོད་ལན་འཇལ་ན་སྐབས་ཆེད་རིགས་སུ་འདུག་ཀྱང་  
 གནོད་ལན་བྱེད་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་བྱེད་བསམ་པ་ཅམ་ཡང་མི་གདའོ།། ལར་ནས་ཁོ་བ་ཡོད་ཀྱང་འཛིན་  
 པ་མེད་ཅིས་པ་ལྟར་གནོད་བསྐྱལ་མཁན་སུ་འདྲ་ཞིག་ལའང་འབྲལ་སེལ་སྟོོ་ལངས་པ་ཅམ་ལས་  
 གོ་སྐབས་བྱུང་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གནོད་ལན་འཇལ་སྐྱམ་པའི་བསམ་ངན་ཡིད་ཀྱི་དགྲ་ལའང་  
 མེད་པ་འདི་ནི་ཁོ་བའི་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཤོས་སུ་སྒྲིམ་མོ།། གང་ཡང་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ལོ་  
 མང་པོའི་རིང་ལ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོར་ངོ་སྤོས་བྱེད་པའི་ཐལ་ཚུབ་བསྐྱངས་ཤིང་།  
 མི་རེ་རེ་བཞིན་བཅན་དབང་གིས་ངོ་སྤོས་བྱེད་ཏུ་བརྟག་པས་ཆང་མ་འཆད་ལུ་ཐུག་གི་གནས་  
 སུ་གྱུར་ཀྱང་པལ་ཆེ་བས་མིན་ནི་ཟེར་མི་ལུས་སོ།། ལྷག་པར་ངས་ངོ་སྤོས་བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་  
 གཞན་ལ་བསྐྱལ་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆེ་བར་མཐོང་ནས་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་དང་  
 དག་རྩལ་འཇམ་གསུམ་སོགས་ཐབས་ལམ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་བྱེད་ཅི་ཐུབ་བལྟས་ཀྱང་  
 གཏན་ནས་མ་བྱས་པའི་ཆེ་རབ་ཏུ་ཁྱོས་ཏེ་ཆོག་ངན་གྱི་ཆར་འབབས་པ་དང་། ས་བཞོ་ངོ་སྟོག་  
 གི་ལས་བྱེད་ཏུ་བརྟག་པ་སོགས་ཏེ་ཉེས་ཆད་ནན་པོ་ཅི་དང་ཅི་ཡང་བསྐྱལ་བྱུང་ཡང་། ལམ་གྱི་  
 ཅ་བ་སྒྲ་མ་ཉིད་ཡིན་པས་རྒྱུན་ཅི་ལ་ཐུག་ཀྱང་ངོ་སྤོས་མི་ཞུ་ཐག་ཚད་ཡིན་སྐྱམ་པ་ལས་སེམས་  
 གཞན་ཏུ་གཡོ་བར་མ་གྱུར་ཏོ།། རང་ལོ་ང་བརྒྱུད་སྐབས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ནས་ཡུལ་  
 དབང་དོན་གྱི་བདག་པོའི་སྐྱེ་ཁམས་སྟོན་ཆེན་རྣམ་པ་ལྟ་འདི་ཤུགས་སུ་གཟིགས་སྟོར་ལ་སེབས་



འབྲོར་བྱུང་བས་ཁོང་རྣམ་པ་དང་མངལ་འཕྲད་ཞུས། ཁོང་རྣམ་པའི་ཐེབས་རྟོགས་ལ་བསྟན་  
པའི་ལས་བྱེད་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ལྟན་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་བཀའ་སློན་འདྲ་ཆེན་ཐུབ་བསྟན་  
ལགས་ནས་ཕྱིར་བྱལ་སོང་བས་དེ་ཆོ་སྐྱ་རྒྱུད་བཀའ་མོལ་གནང་བདེ་བྱུང་བ་དང་། རིག་  
གནས་གསར་བརྟེན་སྐབས་སྟོག་དང་བསྟོན་ནས་ཉར་ཆགས་བཀྲིས་པའི་རང་བྱོན་གྱི་རིགས་  
འདྲ་མིན་མང་པོ་དང་། རྟེན་གསུང་ཙུ་ཆེན་བཞུགས་སོ་ཙུ་ཁོང་རྣམ་པ་བརྒྱུད་ནས་ཡགོང་ས་  
མཆོག་ལ་འབུལ་ལམ་ཞུས། རིག་གནས་གསར་བརྟེན་གོང་ཙུ་ཉལ་དང་རོས་མི་གཉིས་ནས་  
ཐབས་ཤེས་ཡོད་རྒྱ་ཙུ་སྐྱུགས་ཀྱིས་དཔེ་རྒྱུན་དགོན་རིགས་རྣམས་བསྐྱས་ཏེ་བྱམས་བཞེད་  
བརྒྱུད་ནས་འབུལ་ལམ་ཞུས་ཡོད་ཀྱང་འབྲོར་ལན་མ་བྱུང་བས་ཕྱག་ཏུ་སོན་མིན་ཆ་མ་འཆོལ།  
འོན་ཏེ་ཡསྐབས་རྩེ་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་སུ་འདྲེན་གསུང་གང་འཆོམ་འབུལ་  
ལམ་ཞུས་ཡོད་པ་ལས་བདེ་མཆོག་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ཕྱག་དཔེ་དང་། ཕྱག་རིལ་གཅིག་གི་འབྲོར་  
ལན་བྱུང་བ་ལས་གཞན་མ་བྱུང་། ཡགོང་དུ་འབུལ་རྒྱའི་གས་སུ་སྐྱུལ་སྐྱུ་གས་པ་རྒྱལ་མཆོན་  
གྱི་གསུང་འབྲུམ་གྱིས་མ་ཐོད་གཅིག་དང་། མ་གཅིག་ལ་བསྟོན་གྱི་ལུང་བསྟན་མཁའ་འགྲོའི་  
བརྟེན་ཡིག་གིས་བརྒྱན་པ་རྣམ་གྲངས་མང་པོ། རྒྱལ་རབས་གྱིས་མ་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་སོགས་  
ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེའི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་དེ། དེ་རྣམས་ཕྱག་ཏུ་མ་འབྲོར་ཆེ་ཤིན་ཏུ་སློ་པམ་པའི་  
གནས་སོ། ། ཕྱག་དཔེ་བྱིངས་རྣམས་ཁྱོན་ཆེ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་འབུལ་བར་རྩོ་མི་སྟོགས་  
པར་ལུས་པ་ལ་དཀར་ཆག་བཏབ་ནས་བསྐྱར་ཤོག་ཅེས་བཀའ་ཐེབས་པ་ལྟར་འཕྲལ་དུ་མཛོན་  
པར་འདུ་བྱས་ཏེ་འབུལ་ལམ་ཞུས། དེར་ཞིབ་གཟེགས་ཀྱིས་ཐུགས་གཤམ་ཆེ་རིགས་འདི་དང་  
འདི་བསྐྱར་ཤོག་གསུངས་པ་རྣམས་ཆེ་མ་ལུས་མེད་པར་འབུལ་ལམ་ཞུས། དཀར་ཆག་དེ་  
བཞིན་སྐྱ་སྒྲེར་ཡིག་ཆ་དུས་ཉར་གནང་བར་བརྟེན་སྐྱར་ཡང་ཐོད་གྲངས་འདི་དང་འདིའི་ནང་  
ཕྱག་དཔེ་འདི་དང་འདི་བསྐྱར་ཤོག་ཅེས་ཐེངས་ཁ་ཤས་བཀའ་ཐེབས་བྱུང་བ་ལ་འཕྲལ་འཕྲལ་དུ་



འབྲུལ་ལམ་ཞུས། ཡིན་ཡང་ད་དུང་འབྲུལ་རྒྱ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འབྲུལ་མི་སྤྱབ་པར་ལུས་  
 པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཉིས་བྱུང་སྟེ། གཅིག་ནི་འདི་ནས་འབྲེར་མི་ནམས་ཀྱིས་སྐྱེར་མཇལ་དགོས་ཚུལ་  
 སོགས་ཀ་ཀོར་ཞུས་པར་བརྟེན་སྐྱ་སྐྱེར་བྱུང་ཆེ་སོགས་སྤྲུགས་བསྟན་བྱུང་ཡོད་བཞོ་འདུག་པ་  
 དང་། གཉིས་ནི་བར་ལམ་པར་རྒྱུར་འགྲོ་མི་ཉུང་དུ་སོང་བས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱར་མི་ཤོད་པ་དང་།  
 གཉིས་སུ་བསྐྱར་ས་མ་རྟེན་པས་ལུས་སོ།། བར་སྐྱབས་ཤིག་བདུན་གསུམ་གྱི་རིང་རྟེན་བཅུད་  
 ལེན་ཞིག་བཏང་ལོ་བྱས་ཀྱང་དགོ་སྟོར་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་པན་ཐོགས་མ་བྱུང་བས་འདི་ལས་འཆོ་བ་  
 རན་རོན་ཙམ་བསྟེན་ན་དགོ་སྟོར་ལ་ཐོགས་ཆེ་བར་འདུག་སྟུང་བྱུང་། ལོ་ཆོགས་གང་ཡིན་  
 གསལ་པོར་མ་དེས་ཀྱང་གང་ལྟར་སྐྱབས་ཤིག་ལ་བལ་རྒྱལ་སྟེ་རན་ཏ་ར་མཆོག་ཐོད་དུ་  
 གཟིགས་སྟོར་འཆམས་འདྲི་ལ་བྱག་ཐེབས། འབྲུལ་སྤངས་སུ་གནས་གཟིགས་ལ་ཐེབས་  
 སྐྱབས་ཐུན་དང་མཇལ་འཕྲད་དགོས་ཚུལ་གྱི་བཀའ་ཐེབས་འདུག་པར་བརྟེན་ལམ་སང་རྒྱའི་  
 ལས་བྱེད་པ་གཅིག་ཆབ་རྒྱལ་དང་ཐུན་སར་འོངས་ནས་བལ་རྒྱལ་མཆོག་ད་ལྟ་རང་འདྲིར་  
 ཐེབས་རྒྱུར་གཏན་འཁེལ་སོང་བས་དེ་ལུགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་ཚུགས་ལ་བསམ་སྟོ་ཐོངས་  
 ཤིག་ཟེར། དེར་ཆོས་ཚུགས་ནས་གང་ངེས་ཀྱང་ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་ལན་གདབ་རྒྱ་ཡིན། སྤིང་  
 ཚུགས་ནས་ངེས་ན་ངས་མི་ཤེས། ལྷག་པར་ཡར་བལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་དད་པ་ཡོད་མེད་འདྲི་བ་ལ་  
 སོགས་པ་བྱུང་ན་ཡོད་ཅེས་ལབ་རྒྱུ་ཡིན་པས་དེ་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་བྱས་  
 པས། ངས་ཁོ་ཆོའི་འདོད་པ་ལྟར་སྐད་ཆ་ཡག་པོ་ཞིག་བཤད་པར་མི་འདུག་བསམས་ནས་བལ་  
 རྒྱལ་ལ་བཞོལ་བཏབ་ངའི་སར་འཁྲིད་མ་བྱུང་ཡང་། དེས་ཁྱོས་ནས་ཆོག་གིས་སྟོས་པ་དང་  
 ལས་ལ་བཀོལ་བ་སྤྲུག་པོ་ཅི་ཡང་སྟེར་རོ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། སྐྱབས་དེར་ཡར་བལ་  
 བ་རིན་པོ་ཆེར་རོ་སྟོལ་མི་ཞུ་མཁན་གང་ཡིན་དམ་པོའི་ཚུགས་སུ་བཅིས་ཏེ་འཛིན་བཟུང་བྱས་  
 པ་དང་། བཟུང་བརྟེན་བཏང་བ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་རང་གིས་རོ་སྟོལ་

བྱེད་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་གཞན་གྱིས་བྱེད་པར་མཐོང་ནའང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འོང་གིན་ཡོད་ཅིང་།  
ལྷག་པར་ཡིད་དགག་ཁུང་དགག་ཟེར་བའི་ལས་འབྲུལ་ཞིག་སྤེལ་ཏེ་དོན་དུ་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་  
ཆེར་དམིགས་གྱིས་བཀར་ནས་ངོ་ཚོལ་དང་སྐྱར་འདེབས་ཤུགས་ཆེན་ཞུས་སོང་བ་མཐོང་བས་  
སེམས་སྤྱག་ནས་ཡུད་ཙམ་ཞིག་གི་རིང་སྐྱ་ཡང་པལ་ཆེར་དཀར་པོར་འཁྱར་འདུག་དེ་ནས་རང་  
ལོ་ང་དགུ་པའི་སྐབས་ཤིག་ཏུ་བ་གཅིག་རྒྱ་གར་རྒྱུ་གས་ནས་སྐབས་གཅིག་བཀའ་བློན་ཆེན་  
མེད་མཆན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དོན་གྱི་སྦྲད་དུ་མཆན་ནས་སྒྲོལ་ཏེ་འཇམ་མགོན་མི་བླ་མ་རྗེ་  
འཆང་ཆེན་པོ་མཆོག་རེ་ཞིག་གཏུལ་བྱ་རྟག་འདྲིན་ཅན་ནམས་ཚས་ལ་བསྐྱལ་བའི་སྦྲད་དུ་སྐྱ་  
བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏེ་ཞེས་པའི་གཏམ་ངན་མི་བཟད་པ་གཅིག་ཐོས་པས་བྱ་  
ངན་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་ཡིད་གཏུངས་ཏེ་བླ་མེད་དུ་བརྒྱལ་བ་ལ་ཐུག་།དེའི་ཏུབ་ལོ་གཉིད་དུ་  
ཡུར་བའི་གོ་སྐབས་ཀྱང་མེད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་མོད་ཀྱང་། ནམ་སྦྲད་ཙམ་ན་ཉམས་དང་མི་ལམ་  
འདྲེས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཡ་སྐབས་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཁོ་པོའི་སྣོད་ཤལ་ཏུ་སྐྱ་དངོས་སུ་ཐེབས་ནས་  
བཟང་པོའི་བཞུགས་སྐྱངས་ཀྱི་ཁྱི་ལ་བཞུགས་ནས་གསུང་གིས་དབྱགས་དབྱང་བའི་སྦྲད་བ་  
ཞིག་ཤར་ཏེ། དེས་ཅུང་ཟད་ཡིད་སོས། དེ་འབྲལ་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་རྫོགས་ཐབས་སུ་  
རང་འཁོས་དང་བསྐྱན་པའི་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་དང་། དགོ་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀུར་  
སོགས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབས་པའི་ཤུགས་སུ་བྱས། རང་ལོ་རེ་གཅིག་པར་ལོ་འཁོར་མཆམས་ལ་  
སྣོད་ཅིས་གྱིས་ཡ་གོང་དུ་སྐྱན་མེད་སྐབས་འཇུག་ཞུས་པར་བཀའི་གནང་བ་ཐོབ། དེ་ནས་ཚུ་བྱི་  
ལོའི་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ནས་བཟུང་མི་སུ་དང་ཡང་གཏམ་མི་སྤྲ་ཞིང་། ཐུག་འབྲལ་མི་  
བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་བྱས་ཏེ་སྒྲོ་བཅད། སྒྲོའི་བྱི་ལོགས་སུ་ངའི་སར་སུ་ཡང་མ་ཡོང་ཞེས་པའི་  
སྐྱར་ཆོག་ཀྱང་བཏབ་ནས་བཞག། །དེ་དུས་ལོ་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་དགོ་སྦྲར་ལོགས་རབ་བྱུང་  
བས་དཀྱིལ་རི་སྤྲོད་འཆོའི་བར་དུ་སྒྲོ་མི་དབྱེ་བར་འདི་ལྟར་བསྐྱད་སྟམ་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ་།། རང་ལོ་

རེ་གཉིས་པ་ཚུ་ཕག་ལོར་བོད་ཆུ་བདུན་པའི་ཆེས་བཅུ་བདུན་མཆོན་བྱེད་ཅམ་ན་གོ་ལག་ཐོགས་  
 པའི་མི་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཅམ་ཞིག་གིས་སྒོ་སྒོ་བྱར་དུ་བཅོན་ཤེད་ཀྱིས་བྱས་ཏེ་ནང་དུ་འོངས་ནས་  
 བརྫོད་དོན། ལྷ་ས་བ་ཡིན་པའི་གཞོན་ནུ་བྱམས་པ་བཙུན་འབྲས་ཟེར་བ་དེ་ནི་མི་རིགས་ཁ་བྱལ་  
 དུ་གཏོང་མཁན་གྱི་ལོག་སྤྱོད་པ་ཡིན་པར་བརྟེན་ཁོ་པ་ང་ཚོས་འཛིན་བཟུང་བྱས་ཟེན་པ་ཡིན།  
 ཁྱོད་ཁོ་པ་དང་འབྲེལ་བ་འདུག་པར་བརྟེན་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིག་བསྡོག་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་ནས་མཆོན་  
 གང་བསྡོགས་སོང་བ་ལ་རྒྱ་མིར་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་ཡིག་ཆ་རེ་བྱང་དང་། ལྷ་བས་མགོན་  
 ལ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་བྱ་གཏུགས་འཁོད་པའི་བཀའ་ཡིག་འགའ་རེ་ཐོན་སོང་། དེར་ཞེད་སྤང་  
 རི་ལྟར་བསྐྱལ་ཡང་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་གས་རྗེས་དངངས་སྒྲག་དང་ཞེད་སྤང་གང་ཡང་མ་བྱུང་།  
 དེ་ནས་ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཁག་བསྡུས་དེ་བ་ངོ་བུངས་བཙུན་ཅམ་དང་། རྒྱ་གར་  
 རྩོགས་ནས་ཐོན་པའི་དེ་བ་མང་པོ་དང་། ཐ་ན་ཡི་གེ་ཡོད་པའི་ཤོག་ལྗེ་ལྗེ་བ་ཅམ་ཡན་ཆད་  
 བསྐྱས་ཏེ་ཉི་མ་ཤར་ཅམ་ན་ལོག་རྩིས་བྱས་ནས་རྟོག་ཐོན་ཁར་དེའི་དཔོན་རིགས་ཤིག་གིས་  
 བརྫོད་དོན། ད་དུང་བསྡོག་རྒྱུ་བསྐྱད་ཡོད་པས་སང་གནངས་སྡོག་བཤེར་བྱེད་པར་འོང་གི་ཡིན།  
 དེའི་བར་ཁྱོད་འདིར་བསྐྱད་མི་ཆོག་ཟེར་ནས་ཐན་བྱིར་བྱུང་། སྐྱག་གི་སྒོ་ལྷགས་བརྒྱབས་ནས་  
 ལྷེ་མིག་ཁོ་པ་ཚོས་འབྲེར་ཏེ་ལོག་སོང་། དེ་ནས་འདུག་ས་མེད་པས་ཐབ་ཆང་དུ་སྤྱོད་དགོས་  
 བྱུང་བ་དང་། འཛིན་བཟུང་ཡང་བྱེད་ལ་ཉེ་བ་སོགས་གནས་ཚུལ་རྩ་བཅུ་ཅན་དུ་གྱུར་མོད་ཀྱང་།  
 ལྷ་ཆུ་མ་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་གས་རྗེས་ཞེད་སྤང་པར་ཞོག་གི་ད་དུང་ཉམས་དགའ་བ་ལ་སེམས་  
 སྤྱོད་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་སྤོན་ཆད་དེ་འདྲའི་སྤྱོད་སྤང་བྱུང་མ་སྤོང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། བསམ་སྒྲོར་ཡང་  
 ལུས་བཙུན་ཁང་དུ་བཅུག་རུང་སེམས་འཇུག་ཐབས་མེད་པས་སེམས་ཀྱི་དགོ་སྤྱོད་ཡང་དག་པ་  
 ཞིག་བྱེད་ཨང་སྟམ་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ཉི་མ་རུབ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ་སྤང་ཡང་འོངས་ཏེ་སྟན་  
 ཉལ་ཆས་སྡོག་བཤེར་ནན་པོ་བྱས་སོང་སྟེ། དམིགས་ལུལ་ནི་གསང་ཉལ་གྱི་ཡོ་ཆས་ཏར་

འཕྲིན་སོགས་ཉིད་དུ་རེ་ནས་ཡིན་འདུག་ཀྱང་དེ་འདྲ་ནི་གཏན་ནས་མེད་པས་ག་ལ་ཉིད། ཡིན་  
ཡང་གང་ཞིག་ལག་དུ་སོན་ན་གཏན་མི་ལེགས་པའི་ཡིག་རིགས་མང་དག་ཅིག་ཡོད་དེ། དེ་དག་  
ནི་ལྷ་སྤང་བྱུང་བར་ཅན་ནམས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་ཕྱག་དུ་བསྐྱམས་ཏེ་རྗེས་སུ་ཚུར་གནང་བ་ཡིན་  
ནོ།། འདི་རི་ལྟར་སྟམ་ན། ཐུན་གྱི་ཤག་སྟོག་པའི་བྱ་བ་མོ་དེར་ཆ་སྐྱམ་ནག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྒྱ་  
མི་ལྷས་མཆོད་གང་པོ་བསྟོགས་ཏེ་ཐ་ན་ཡི་གེ་འཁོད་པའི་ཤོག་ལྷེ་ལག་མཐིལ་ཅམ་ཡན་ཆད་  
བསྐྱུས་ཏེ་འབྲེལ་བེན་ནས་ཁོ་ཆོ་སོང་རྗེས་ཐུན་དགེ་སྟོབ་གསུམ་ཀས་ཆ་སྐྱམ་ནང་ཞིབ་བལྟ་  
བྱས་ཏེ་དེའི་ནང་གད་ཡན་ཆད་བརྒྱབས་བེན་ཀྱང་། དེ་ནས་ལྷ་ཕྱེད་ཅམ་སོང་བ་ན་ཉིན་གཅིག་  
ཆ་སྐྱམ་སྟོ་ཕྱེ་དུས་རས་སེར་པའི་སྤྲིལ་འབྲུམ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་པ་ཁ་བཤེགས་ནས་བལྟས་པ་  
ན་གནད་ཡོད་ཀྱི་དེ་བཤེགས་ཉི་ཤུ་ཅེ་གངས་ཤིག་འདུག་པས་ཤིན་དུ་ངོ་མཆར་ཏེ་ལྷ་ལྷ་མ་  
དགོན་མཆོག་མེད་ན་འདི་གང་རེད་དམ་ཞེས་གཅིག་ལ་བ་ཀྱང་ཐལ་སོང་། གལ་ལ་ཐུག་དུས་  
དགོན་མཆོག་གིས་མངོན་གསལ་དུ་སྟོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་དང་འདི་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་  
ཡོད་དེ་བྲིར་མི་ལང་ངོ་།། སང་ཆ་སྐྱམ་ནས་སྤྲིལ་འབྲུམ་ཆེན་པོ་དེ་ཐོན་རྒྱུའི་དོ་བྱ་བ་ཉལ་ནས་  
གཉིད་དུ་མ་སོང་བའི་བར་དེར་འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིལ་སྤང་བ་ཆེས་གསལ་བ་མངོན་སུམ་ལྟ་  
བྱ་ཞིག་ཉོག་ངོར་ལྷང་ལྷང་འཆར་ཏེ་དུས་དེར་ཡིག་རིགས་དེ་ནམས་སྤང་སྟོལ་བའི་བདར་  
གོའོ།། རྒྱ་མཆོན་འདི་དང་དེ་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསམ་པའི་ཆེ་དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་རང་དབང་མི་གདའོ།། འོ་ན་བསྟན་དག་ཐོག་མ་ནས་སྟོད་གནས་སུ་འོང་དུ་  
མི་འདུག་པར་ལྷས་བཀག་རིགས་པ་ལ་མི་འགོག་པ་གང་ཡིན་ནས་སྟམ་ན། དེ་ནི་དགོས་པའི་  
དབང་གིས་ཏེ། དེའི་སྟོན་ཅམ་ན་མི་ལམ་དུ་འབྱུངས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། དག་ལྟ་གནས་རྒྱང་ཆོས་  
སྟོང་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོང་གི་བཀའ་ལན་གསུམ་བཅག་བེན་ན་བཞི་པའི་ཆེ་ལས་སྤྲོ་མོར་མི་  
འཛོག་ཐག་ཆོད་ཡིན་གསུངས་ཀྱི་གདའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཞིག་མིས་ཏེ། སྐབས་དེར་དེའི་དོན་

མ་རྟོགས་ཀྱང་བྱིས་བསམ་ན་ལྟ་བུ་མ་མི་དམངས་དང་བཅས་བས་སྒྲན་ལ་ཆོས་ཀྱི་རེ་བ་ལན་གསུམ་དུ་བཅོལ་ཡང་མི་ཉན་པ་དེ་ལྟར་ལ་ལན་བཞི་པའི་ཆེ་མི་ཉན་ན་བཀའ་ཆད་དག་པོ་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་པའི་བཅར་འདུག་གོ། འདིའི་རྒྱ་མཚན་ཅུང་ཟད་བརྗོད་ན། ཁོ་པོ་ནི་ཆུང་གཞོན་བུའི་དུས་ནས་ཐོས་པའི་རྗེས་འདུག་སྐབས་སྤྱིང་པོར་བྱེད་ཅེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་དཔེ་ཆ་བལྟས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ལུགས་ཕྱོགས་འགོ་ཅན་ཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་མི་མེད་ལྟར་སྤྱོད་ཞིག་ཏུ་སོང་སྟེ་ཆེ་དང་སྐྱབས་པ་སྟོམ་པའི་སྟོམ་ཆེན་ཞིག་བྱས་སྟམས་པ་མ་གཏོགས་མི་ལ་ཆོས་བཤད་བསམ་པ་ནི་མི་ལས་དུ་ཡང་མེད་ལ། ཆོགས་བཅད་འདི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་བྱིས་ཕྱོང་སྟེ། རང་གི་ཁ་ལ་རང་ཡང་མི་ཉན་ན།། གཞན་གྱིས་རང་གི་ཁ་ལ་ཉན་དོགས་མེད།། དེ་བྱིར་གཞན་རྒྱུད་འདུལ་བའི་གྲབས་ཤོལ་ནས།། ཐོག་མར་རང་རྒྱུད་ཐུལ་ཅིག་ལས་རིམ་པ།། ཞེས་པའོ། དེ་ལྟར་རང་གི་སེམས་ལ་གང་བསམས་པ་ལྟར་ཁྱེད་ཡིག་གི་ལས་ནས་ཡསྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེར་ཁུས་པས། བཀའ་བྱིར་ཕེབས་སུ་དུས་ངན་འདི་ལྟ་བུར་ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཅུང་ཟད་འབྱེད་དེ་གདུལ་བྱ་རེ་བྱུང་ལ་ཐར་པའི་ས་བོན་ཞིག་བསྐྱེད་ཐུབ་ན་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་གཉིས་ཀར་རིམ་གྱི་དེ་ལྟག་མ་མཆིས་པས་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་ཅེས་དང་། ཡསྐབས་མགོན་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྲས་སོགས་ནས་ཀྱང་། ཁོ་པོས་བཤད་ན་ཅུང་ཟད་པན་ཐོགས་འབྱུང་བར་དགོངས་ཏེ་གོང་མཚུངས་བཀའ་ཕེབས་པ་དང་། བོད་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ནས་ཀྱང་རེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཏེ་མི་ཤེས་མོངས་སྐྱིབ་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དགོངས་རྩལ་བཞིན་མ་བསྐྱབས་པར་རས་སུ་པོར་བ་དང་། དད་ལྡན་མི་དམངས་རྣམས་ཀྱི་རེ་འདུན་ཆུད་ཐོས་སུ་བཏང་བས་སྤྱང་མ་དམར་ནག་གཉིས་སྒྲགས་པས་སྟེ་འདྲི་ཉེན་ཀྱི་གཏམ་དཔེར། ཤིང་གི་སྟ་བྱི་ཤིང་ལ་མི་འགོ་ན། ལུགས་ཀྱི་སྟ་བྱི་བེད་སྟོད་གཏོང་དགོས། ཟེར་བ་ལྟར་ནག་ཕྱོགས་པ་བེད་སྟེད་ནས་མཚམས་དཔྱགས་ཏེ་ཆོས་མི་ཤོད་ཀ་མེད་དུ་བཞོས་སྤང་ངོ་།། འདིའི་རྒྱ་མཚན་ད་དུང་བརྗོད་དུ་ཡོད་དེ།

འདི་ལྟར་མཆོམས་ལ་སྟོད་པའི་སྐབས་དེར་ལོ་ངོ་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་སྒྲ་མའི་བཀའི་གནང་བ་  
ཐོབ་པར་བརྟེན་དགོ་སྟོང་ལམ་སྟོངས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་དེ་རྗེས་མི་ཆེར་  
འདི་ཕྱར་བསྟན་སྟམ་པའི་འཕེན་པ་བཏང་བྱིན་ཆད་རང་སེམས་ནལ་དུ་མི་ཐེབས་པ་སོགས་  
དགོ་སྟོང་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་བའི་གནས་ཚུལ་དུ་མ་བྱུང་བ་ཡང་ལྟ་སྒྲ་མ་ཐུགས་མི་དགྲེས་པའི་སྟོན་  
དུ་གདའ་བ་སོགས་ཏེ་ཡིད་ཆེས་པའི་གཏན་ཆོག་མང་ངོ་། དེ་ནས་ཆོས་འཆད་སྟེལ་ཅུང་ཟད་  
མ་བྱས་ན་སྒྲར་ཡང་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་འོང་བར་མཐོང་སྟེ་གང་ཤེས་ཅི་ཤེས་ཀྱིས་ལམ་རིམ་སྟོ་  
སྟོང་སོགས་ཆོག་རེ་བྱུང་བཤད་སྟམ་པའི་འཕེན་པ་བཏང་། སྐབས་དེར་རུབ་གཅིག་མི་ལམ་དུ་  
མཆོད་སྟོང་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ཉེ་སྐས་བརྒྱད་ཞབས་བསྐྱོར་མཛད་ཀྱིན་འདུག་པ་མཐོང་བས་ལུས་  
ཀྱི་བ་སྦྱ་གཡོ་བའི་དད་མོས་སྦྱེས་ཏེ་ལག་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་འདེབས་པ་  
ཞིག་མིས་པ་དང་། ཡང་རང་ལོ་རེ་གསུམ་པའི་དབྱིད་ཀར་གཞོན་བུ་ལོ་ཆུང་འགའ་ལ་སང་རབ་  
བྱུང་གི་སྟོམ་པ་འཛོག་རྒྱུའི་དོ་རུབ་མི་ལམ་དུ་ལྟ་སའི་ཡོང་བོ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཛལ་ནས་ཞབས་  
ལུས་ལ་དཔྱལ་བ་གཏུགས་པ་ན་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་དགྲེས་ཉམས་ཀྱིས་བྱག་གཡས་པ་ནར་གྱིས་  
བརྒྱངས་ནས་མགོ་ལ་བཞག་སྟེ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དུ་མ་ཞིག་བཀའ་བསྩལ་བ་མིས་ཏེ། དེ་ནི་  
སྟོད་ཕྱིན་བྱབ་བསྟན་སྟེལ་བ་ལ་བྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་ཡི་གནང་བ་བྱིན་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་  
མོ། དེ་དུས་ཐན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་སྐབས་ཡིན་ཀྱང་སྟོམ་པ་འཛོགས་པ་དང་ཆར་རྒྱན་ཤིན་ཏུ་  
བཟང་བ་ཞིག་བབ་པས་ཀྱན་ཀྱང་དགའ་བདེས་དཔྱགས་དབྱུང་བ་ཐོབ་སྟེ། ཅུང་ཟད་པན་ཐོགས་  
པའི་མཆོན་མ་ཡིན་ནམ་སྟམ། ཆེ་འདྲིར་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་འཛོགས་པའི་ཐོག་མ་ནི་དེ་ཡིན་ལ།  
དུས་དེ་ནས་བཟུངས་དགོ་ཚུལ་སྟོང་སོགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཡང་ཡང་འཛོགས་པས་ད་ཙམ་ཁྱོད་  
རིལ་ན་སྟེ་བོ་ཁྱི་སྐྱག་བཞལ་ཏེ། བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་བྱས་པར་རྫོམ་མོ། དེ་ནས་ལོ་དེའི་  
ཟླ་བ་བརྒྱད་པར་སྟོམ་ར་ཁང་ཆོན་དུ་དགོ་སྟོང་བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་ལ་སྟོམ་གསུམ་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་



འཆད་པའི་ཁུལ་བྱས་ཏེ། ཁྱི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱད་ནས་ཆོས་འཆད་པའི་ཐོག་མ་ཡིན། དེས་སྐྱེན་བྱས་  
ནས་སྤང་ལྷུང་བྱིན་རྒྱབས་དང་བྱི་ཕྱོའི་ཁ་ཟས་སྤྱང་བ་སོགས་སྟོམ་གསུམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཅི་  
རིགས་ལག་ལེན་དུ་འདེབས་མི་དུ་མ་ཞིག་བྱུང་བས་ཡིད་སྟོོ་བའི་གནས་སུ་གྱུར། དེ་དུས་དགེ་  
ཚུལ་སོགས་བཀག་ཡོད་ཀྱང་ཉིན་གཉིས་པར་གང་ནས་འོང་གི་ཆ་མེད་པར་བཅུན་ཚུང་ཞིག་སྟོོ་  
བྱར་དུ་བྱུང་ནས་དགོན་པའི་བཅུན་ཚུང་ཞིག་ཡིན་གཞིར་བཞག་གིས་ཁྱོད་སུའི་དགེ་སྤྲུག་ཡིན་  
བྱས་པས། ང་འདི་ནས་མིན་ཟེར་ཏེ་ཆོག་དེ་ལས་མ་སྟེར། དེ་ནས་ཡུད་ཅམ་སོང་བ་ན་གར་སོང་  
མི་འདུག་པས་ཆོས་སྟོོར་དོ་རྗེ་གཤམ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་འདྲའོ། འདི་ཁོ་ནར་  
མ་ཟད་དུས་ནམ་ཡིན་དུང་ཆོས་འཆད་སྟེལ་གྱི་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་ཅམ་ནས་ལྷ་སྐྱ་མ་དགེས་པའི་  
རྟགས་མཆན་བཟང་པོ་ཤིས་ལྷག་བྱུང་སྟེ། འདི་ལས་དཔགས་ན་སྐབས་བབ་ཏུ་དགོངས་པར་  
སེམས་སོ། དེ་ནས་འབྲས་སྤྱངས་ཆོགས་ཆེན་དབུ་མཛད་དག་དབང་སྟོོབས་བཅུ་ཤིག་ཆང་  
ནས་སྤྱིར་ལན་དུ་མར་བསྐྱལ་མ་གནང་བ་ལྟར་ལོ་དེའི་རྒྱ་བ་དབྱ་པའི་ཆོས་ཉེར་གསུམ་ནས་  
འབྲས་སྤྲུགས་པ་བྱ་ཆང་གི་འདུ་ཁང་དུ་ཆོགས་པ་ཆིག་སྟོོར་ལྷག་ཅམ་ལ་ལམ་རིམ་ཉམས་  
མགུར་གྱི་ཁྱིད་དང་། མཐའ་མའི་ཉིན་དེར་སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱས། རང་ལོ་རེ་བཞི་པའི་  
པོད་རྒྱ་གསུམ་པ་ནས་སྤྱིན་བདག་གོང་གསལ་གཉིས་ནས་བྱས་ཏེ་ལམ་རིམ་ཡོན་ཏན་གཞིར་  
གྱུར་མ་དང་ལམ་གཙོ་སྤྲུགས་པའི་ཁྱིད་བྱས། སེམས་བསྐྱེད་ཉིན་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་མ་  
ཞོང་བར་སྟོོ་འཕྱོར་འོག་ཏུ་འང་མིས་ཁེངས་པ་བྱུང་། ལོ་དེའི་རྒྱ་བ་དབྱ་པའི་ཆོས་ཉེར་སྤྱ་ལ་  
འདུལ་བ་སྐྱ་བྱང་དུ་སྟོོད་གནས་སྟོོས། རང་ལོ་རེ་སྤྱ་པའི་རྒྱ་བ་གསུམ་པའི་ཆོས་ཉེར་གཉིས་ལ་  
སྤྱིན་བདག་འཕྲིན་ལས་ཆོས་འཕྱོར། བྲག་ཡབ་ཨ་མེ། རྟ་མགིན་ཉི་མ་གསུམ་ནས་བྱས་ཏེ་ལམ་  
རིམ་འཆད་ཅིང་། ཆོས་ཞུ་བ་ཉིན་རེ་ནས་རྗེ་མང་སོང་སྟེ་མཐར་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་མ་ཞོང་  
བར་སྟོོ་མཆོར་འོག་ལ་ཡང་སྟོོད་དགོས་པ་བྱུང་སོང་། དེ་ནི་རྒྱ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་འཕྲིན་



མཐའ་མའི་ནང་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། སྐལ་བཟང་བྱང་བའི་ཆོག་གི་ཉིར་འཆོ་ཞེས། གྲགས་  
པའི་མགིན་སྤྱོད་གས་ཀྱི་བྱ་མོས་ལེན། ཞེས་སོགས་སྟུང་བ་དེ་ཡང་། ད་ལྟ་བསམ་ན་པལ་  
ཆེར་མ་འོང་ལུང་བསྟན་དུ་འདུག་སྟུང་མོ། དེའི་མཐུག་ཏུ་རང་ཤག་ཏུ་ཁོ་བོས་གྲིས་པའི་ལམ་  
རིམ་ཡང་འཆད། ལོ་དེའི་ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ནས་འབྲས་སྤངས་ཆོག་མཆོད་འདུ་ཁང་  
ཆེན་མོའི་ནང་སྤྱིན་བདག་བྲམས་པ་སྐལ་བཟང་ནས་ཁྱེས་ཏེ་ཉིན་བདུན་རིང་སྦྱོར་ཆོས་ཀྱི་ཁྲིད་  
བྱས། དེ་དུས་ཐན་བ་ཆེ་བའི་སྐབས་ཡིན་ཡང་ཆར་རྒྱན་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོ་འབེབས་པས། ཀྱན་  
ཀྱང་ཡ་མཚན་པའི་གནས་སུ་གྱུར། དེའི་ཟླ་བ་དགུ་པར་སྤྱིན་བདག་པེ་ཅིང་ཆོང་ཁང་དང་ཨ་  
ཅག་བསྐྱ་གཉིས་ནས་ཁྱེས་ཏེ་སྦྱོར་དོན་བདུན་མའི་ཁྲིད་ཉིན་བཅུ་གཉིས་རིང་བྱས། སྐབས་  
འདིར་ཡང་གནས་གཤིས་སོགས་ངོ་མཆར་བ་བྱུང་། དེ་ནས་རང་ཤག་ཏུ་ལེགས་བཤའ་སྦྱིང་པོ་  
དང་། འདུལ་སྡོམ་སོགས་འཆད་ཅིང་དག་ཚུལ་སྦྱོར་སོགས་ཀྱང་མང་རབ་བསྐྱབས་ཟླ་བ་བཅུ་  
གཅིག་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་རང་ལོ་རེ་དྲུག་པ་མེ་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལོའི་བོད་ཟླ་དང་བོད་  
ཆོས་བཅུ་བདུན་བར་མཆམས་ལ་བསྟན།

དེ་ནས་འབྲས་སྤངས་ཁང་མཆོད་འདུ་ཁང་དུ་འདན་མ་ཉི་སྟུང་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ལ་  
བདེ་ལམ་དང་། ཁོ་བོས་གྲིས་པའི་ལམ་རིམ་གྲིན་གྲིས་སྒྲགས་ཉིན་བཅོ་ལྔའི་རིང་ལ་འཆད་ཟླ་  
བ་གཉིས་པའི་ཆེས་དགུ་ནས་ཆེས་ཉི་ཤུ་གཅིག་བར་མཆམས་ལ་བསྟན། ཆོས་ཉི་ཤུ་གཉིས་  
ཉིན་སྤྱིན་བདག་ཆ་བ་ཡེ་ཤེས་གྲགས་པ་ལགས་ནས་བྱས་ཏེ་འབྲས་ཆོག་མཆོད་འདུ་ཁང་དུ་  
ཡོན་ཏན་གཞིར་འགྱུར་མའི་ཁྲིད་ཉིན་དགུའི་རིང་འཆད། ཟླ་བ་གཉིས་པའི་ཆེས་བཅོ་བརྒྱད་  
ནས་ལངས་ཅམ་ན་མི་ལམ་དུ་གྲ་བ་མང་པོས་འབྲས་སྤངས་སུ་འཆམ་རྒྱག་ཉིར་ཡོད་ཟེར་བ་  
ཞིག་མིས་ཏེ། ད་རེས་ཀྱི་གསུང་ཆོས་ལ་ལྟ་སྤང་ནམས་ཀྱིས་སྤང་སྡོམ་མཛད་པའི་ལྟས་སུ་གོ་  
བོད་ཟླ་གཉིས་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་བརྒྱད་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱས། དེ་ཉིན་མི་ཆོག་མཆོད་ཆེ་

བས་ཆོག་མཆོད་འདུལ་ཁང་དུ་མ་ཤོང་བར་སྒོ་མཆོར་འོག་ཡོངས་སུ་ཁེངས། ལྷ་ཤོན་གྲོལ་ཙམ་  
ནས་ཁ་ཆར་འབྲེས་མ་ལྟ་བུ་བབས། དངོས་གཞིའི་ཉིན་ཞོགས་པ་ནས་ཆར་རྒྱན་མི་འཆད་  
པ་བབ་ཀྱང་ཤག་ནས་ཐོན་པ་དང་ཉི་མ་ལྟ་བུ་གི་ཤར། དེ་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞིང་དུ་དགོན་  
མཆོག་སྤྱན་དངས་པ་ན་ཐོག་མར་འབྱུག་སྐྱ་ལྟ་བུ་རྒྱུད་ནས་གྲགས་པ་ཞིག་ལ་རྩེ་ཉེར་བྱུང་སྟེ་ས་  
གཞི་བེར་རེ་བྱས་པ་དང་མཆོད་རྩིས་ཀྱི་གཡེར་ཁ་ཕྱ་མོ་ཆོ་ཡང་སིལ་སིལ་འཁྲོལ་བ་སོགས་ཏ་  
ཅང་གི་རྟགས་མཆོད་མཛོད་གསལ་ཅན་ཞིག་བྱུང་། ཉིན་དེར་གྲོལ་ཅིས་ཡིན་ཡང་ཆེས་གངས་  
སྐབས་ཀྱིས་ཉིན་གཉིས་ཕྱིར་འགྱངས་བྱས། བོད་ཆེ་གསུམ་པའི་ཆེས་གསུམ་ནས་ཉིན་བཞིའི་  
རིང་དགེ་ཚུལ་སྒོར་དང་བཅུན་མ་བཅས་བསྐྱབ་བྱ་མི་གངས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ལྟ་བུ་ཙམ་ལ་  
སྒོམ་པ་འཕོག་བསྟེན་རྩོགས་བསྐྱབ་སྐབས་ཆམ་པ་སོགས་པ་དང་སྒོ་རྒྱག་པ་སོགས་དཀའ་ངལ་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བྱུང་ཡང་ངལ་བ་ཁྱད་བསད་བྱས།

དེ་ནས་ཉིན་ཤིང་མཆོམས་བསྐྱམས་རྩེས་ཆེས་བཅུ་གཉིས་ཉིན་བསྐྱབ་བྱ་བཅུན་དགེ་  
ཚུལ་དུ་བསྐྱབས། ཆེས་བཅུ་གསུམ་ཉིན་རྒྱལ་ཐང་བ་མི་གངས་ལྷ་དགེ་སྒོར་བསྐྱབས། བོད་ཆེ་  
བཞི་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་གནས་གང་བར་སྤར་རྒྱན་བཞིན་ངག་བསྐྱམས། ཆེས་གཅིག་བྱུ་བ་  
མོར་སྐབས་རྩེ་རེན་པོ་ཆེ་ནས་མཐུལ་ཉིན་གསུམ་ཞིག་སྐལ་ཅིས་མཛད་པར་ཤིན་ཏུ་འཆོར་སྤང་  
གིས་དེ་འདྲ་མི་དགོས་པར་ནན་གྱིས་ཁྱེས་པར་བྱགས་པམ་སྤང་གིས་སྤར་ཡང་བཀའ་ཞིག་  
གནང་གྲབས་མཛད་སོང་བར་དེ་འཕྲལ་གཉིད་ལས་སད་པ་ཞིག་བྱུང་། ཆེ་བ་ལྷ་བའི་ཆེས་  
གཉིས་ནས་སྤྲ་མཆོད་བཤད་པ་འགོ་འཛུགས་ཅིས་བྱས་ཀྱང་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དགོན་ནང་  
ནས་ཐེབས་གཏན་མ་འཁེལ་བས་ཕྱིར་འགྱངས་སོང་ཡང་ཆེས་གསུམ་ཉིན་སྤན་རང་ནས་ཀྱན་  
གཟིགས་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་མདུན་དུ་སྐུ་བཅར་ཁྱེས་ཏེ་ཆེས་ལྷ་ནས་སྤྲ་མཆོད་ཀྱི་ཁྲིད་འཆད་  
འགོ་འཛུགས་བྱུ་བ་བྱུང་། སྐབས་དེར་ཆོག་མཆོད་འདུལ་ཁང་དུ་སྤྲ་མཆོད་འཁྲིད་ཡིག་རྒྱས་པ་

དང་། སྤུང་བྱ་གི་ཁྲིད་བྱས་ཏེ་རྩེ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་བཅུ་གཅིག་བར་ཉིན་གྲངས་སོ་དྲུག་རིང་  
འཆད་ཉིན་བྱས་མཐར་ཉིན་དེ་རང་ལ་སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱས་ནས་གྲོལ། གོང་གི་ཆེས་  
བཅུའི་ཉིན་ལ་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དང་བསྐྱུན་པུན་ལ་མཁའ་  
འགོ་བཏུན་བཞུགས་འབུལ་བ་དང་དུ་སྒྲངས། འོན་ཏེ་སྤུལ་མཆོམས་སུ་སླེབས་པ་དང་སྒྲོག་ཤི་  
སོང་བས་བར་ཆད་ཀྱི་མཆོན་མར་གོ། དེ་རྩེ་སྟེ་སར་ཐིངས་ཆ་ལངས་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིན་ལས་  
བོད་རྩེ་དགྲུ་བར་གསུང་ཆོས་འབུལ་ཅིས་ཡོད་དུང་རྩོམ་སྒྲོག་པས་དེ་ལ་གདགས་པ་འདྲ། འདི་  
རྩེ་ཆེས་བཅུ་ཙམ་ནས་ཆེས་བཅུ་དགྲའི་བར་ལ་བསྐྱབ་བྱ་མི་གྲངས་བརྒྱ་དང་ཞེ་དྲུག་ཙམ་དགེ་  
ཚུལ་སྒོར་བསྐྱབས། ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་རང་བརྒྱད་བཀག་པ་མཐུག་རྩོགས་མཆོམས་བར་  
ཁྲིད་ནས་བོད་རྩེ་བདུན་པའི་ཆེས་བདུན་ཉིན་མཆོམས་བཞག། བོད་རྩེ་བདུན་པའི་ཆེས་གཅིག་  
ནས་ཉི་ཤུ་བརྒྱད་བར་མི་གྲངས་ལྔ་བཅུ་བཞུལ་བར་འདུལ་བ་ཁྲིད། བོད་རྩེ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་  
གཅིག་ནས་སྐྱ་བ་བཅད་དེ་མཆོམས་ལ་བསྐྱད་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཆེས་བཞི་དང་ཆེས་བརྒྱད་  
ལ་སྟེ་སའི་ཁྲིམ་དུ་གནས་ཚུལ་བྱུང་བའི་སྤྱིན་གྱིས་དག་ལན་གཅིག་གཉིས་ཙམ་ཤོར་སོང་།  
ཡང་ཆེས་བཅུ་ནས་བརྒྱད་དག་དམ་དུ་བསྐྱམས་ནས་ཡིག་བརྒྱ་འབུམ་ཐེར་གཅིག་བསགས་པ་  
ཡིན། འདིའི་རིང་ལ་བསྡོ་བཏེན་སོགས་ཀྱང་མ་སྒྲངས་དགེ་སྦྱོར་ཡང་ལེགས་རབ་བྱུང་། དེ་ལྟར་  
བྱས་ནས་རྩེ་བ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་བཅུ་ནས་རྩེ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་སུམ་བཅུའི་བར་དག་བསྐྱམས།  
རྩེ་བཅུ་པའི་ནང་ཅ་བའི་རྩེ་མའི་ཡང་སྤྱིད་ཐེབས་འཁྱོར་ལ་བཏེན་དག་ཐིངས་ཁ་ཤས་སྒོར་  
དགོས་བྱུང་། བོད་རྩེ་བཅུ་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་བདུན་ཉིན་ཡང་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་དང་མངལ་ཞིང་དེ་  
རྩེ་མཆོག་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཞག་གཅིག་མཉམ་བཞུགས་དང་། ཆེས་སུམ་བཅུའི་ཉིན་ལམ་  
རིམ་ལྡགས་ཁྲིད་བསྐྱུས་པ་ཞིག་སྤུལ་ནས་ཐེབས་སྐྱེལ་ཞུས། བོད་རྩེ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཆེས་  
གཅིག་ནས་སྐྱར་ཡང་དག་དམ་དུ་བསྐྱམས། ཆེས་ཉི་ཤུ་བདུན་ནས་སུམ་བཅུའི་བར་ཉིན་བཞིའི་

རིང་དགོངས་མོ་ས་རྩབ་ཅམ་ནས་ནང་འཁོར་བྱུག་བདུན་ཅམ་ལ་བསགས་སྦྱངས་བྱེད་ཚུགས་  
 ཞིབ་ཁྲིད་བྱས། བོད་རྒྱ་བརྩ་གཉིས་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་རྣལ་འབྱོར་མའི་ལས་རྩུང་འགོ་  
 བརྩ་གས་ཉེ་ཆེས་བརྒྱད་བར་དག་བསྐྱམས། ཆེས་ཉི་ཤུ་གསུམ་དང་ཉི་ཤུ་བཞི་ལ་ལྟན་མའི་གྲ་  
 རིགས་ཉི་ཤུ་ལྟག་ཅམ་ལ་དགེ་ཚུལ་སྒྲོང་གི་སྒྲམས་པ་འབོགས། རབ་བྱུང་བརྩ་བདུན་པའི་ས་  
 འབྲུག་ ༡༩༡༩ ལོའི་བོད་རྒྱ་དང་བོད་ཆེས་གཅིག་ནས་སྤར་ཡང་མཆོམས་བསྐྱམས་པ་ལས་  
 དགེ་སྦྱོར་ལེགས་རབ་བྱུང་། ཆེས་བཙུང་བརྒྱད་ཉིན་མོ་སྟ་སའི་གཞིངས་ཆའི་དབང་གིས་དག་  
 མོད། དེ་ནས་ཆེས་ཉེར་བདུན་བར་རེ་སྟོད་རེ་བསྐྱམས་བྱས་པ་སོགས་ལེགས་པོ་མ་བྱུང་དེ་  
 ནས་སྤར་ཡང་དག་བསྐྱམས་སྐབས་དེ་ཅམ་ན་འདྲུ་འཛིན་སྟན་ནས་མི་ཆེར་དག་བསྐྱམས་ནས་  
 བསྐྱད་ནའང་མི་འགྲིག་པ་ཅི་ཡོད་སྟམ་པ་བྱུང་། རྒྱ་བ་གཉིས་པའི་ཆེས་བཞི་ནས་སྒྲོལ་དཀར་ཆེ་  
 སྦྱུབ་ཀྱི་འགོ་བརྩམས། གཞུངས་སྒྲགས་འབྲུམ་གཅིག་བཟངས། ཆེས་བརྩ་བྱུག་ནས་ལྟན་མ་ཉི་  
 སྦྱུལ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ལ་སྒྲོལ་སྟམ་བསྐྱབ་བྱ་སོགས་འཆད་ཅིང་། བོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཆེས་  
 བདུན་ཉིན་དགེ་ཚུལ་སྒྲོང་མི་གངས་བརྩ་ཅམ་སྦྱུབ། ཆེས་བརྩ་གཉིས་ཉིན་འཇམ་དཀར་རྗེས་  
 གནང་ཞིག་ཀྱང་བྱས། དེ་རྗེས་ཉེ་ཏོར་དགེ་བཤེས་མཐུ་སྟོབས་ལགས་ནས་བསྐྱུལ་བ་ལྟར།  
 ལམ་གཙོ་ ཉེན་བརྟེན། སྒོ་སྒྲོང་ཆོགས་བརྒྱད་མ་བཅས་ཀྱི་ཁྲིད་འདོར་བསྐྱུས་དང་། ཆེས་བཙུང་  
 སྒྲའི་ཉིན་འཇམ་དཀར་སྦྱུབ་ཐབས་ཀྱི་ཁྲིད་ནམ་བྱེད་བར་དུ་བྱུལ། ཆེས་བརྩ་བྱུག་ནས་མཆོམས་  
 བསྐྱམས་ཉེ་ཉེར་གཉིས་ལ་གྲོལ། ཆེས་ཉེར་གསུམ་ནས་འདུལ་བ་སྤར་སྦྱང་གི་ཁྲིད་བྱས། ཉེར་  
 བདུན་ནས་འདི་གའི་ཆེས་རྩར་དམ་བཅའ་ཆེན་མོ་བརྩ་གས་ཉེ་ཆེས་བརྩའི་ཉིན་མཐུག་བསྐྱུས།  
 ས་ག་རྒྱ་བའི་རིང་དག་བསྐྱམས། དེ་ནས་བསྐྱུབ་བྱ་མི་གངས་བྱུག་དགེ་ཚུལ་དུ་བསྐྱུབས། ཆེས་  
 བཙུང་བརྒྱད་ཉིན་ལོ་འདིའི་དབྱིད་ཆོས་ཆེན་མོ་གཏན་འཁེལ་རྗེས་ཉིན་བྱུག་རིང་མཆོམས་  
 བསྐྱམས། བཟའིས་དང་གཡང་འཛོམ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུལ་བ་ལྟར་ཆེས་ཉེར་བྱུག་ནས་ཁོ་བོས་

བྱིས་པའི་སློང་སློང་དོན་བདུན་མའི་བེན་བྱིས་ཐོག་ནས་ཉིན་བཅུ་ལྔ་ཡི་རིང་བཤད། བོད་རྒྱ་ལྷ་པའི་  
ཆོས་དྲུག་ལ་མེས་པ་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་ཉིན་དེར་མི་ཆོག་ས་ཆེ་ཞིང་སྤྱང་ཆར་བེལ་བྱ་འབབ་པ་  
སོགས་ཉུག་ས་མཆོན་བཟང་བ་བྱུང་། དེ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་མི་གངས་བརྒྱ་དང་བཅུ་མེད་ལྷ་ཅམ་ལ་  
དགེ་ཚུལ་སློང་གི་སྤྲོམ་པ་འབོགས། དེ་ནས་དགེ་བསྟན་པ་མ་ཉེར་དྲུག་དང་། ཐེག་ཆེན་གསུ་  
སློང་ལྷ་མི་བཙུ་ལ་བཅས་ཀྱི་འདོད་པ་བསྐྱངས། ཡང་དགེ་ཚུལ་མ་ཞེ་གཉིས་དང་དགེ་སློང་ཉེར་  
དྲུག་དགེ་བསྟན་བཞི་བཅས་བསྐྱབས། དེ་རྩེ་མི་གངས་བཞི་བཅུ་ལྷག་ལ་འཇམ་དཀར་རྩེ་  
གནང་བྱས་ནས་རེ་ཞིག་མཆོམས་བཅད་དེ་དག་ཀྱང་བསྐྱམས། ཆོས་ཉི་ཤུ་བརྒྱད་ནས་མི་  
གངས་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཅམ་ལ་བྱང་རེས་ཀྱི་ཁྱིད་བྱས་ཏེ་དགེ་ཚུལ་སློང་གི་སྤྲོམ་པ་འབོགས། བོད་  
རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆོས་བཅུ་བཞིའི་ཉིན་བྱང་རེས་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཁྱིད་ཆ་ཆར་བྱུང། ཆོས་བཅུ་དྲུག་བཅུ་  
བདུན་གཉིས་ལ་མི་གངས་བདུན་བཅུ་ལྷག་ཅམ་ལ་དགེ་ལྡན་ཕྱག་ཆེན་ཙ་པའི་ཐོག་ནས་བཤད་  
ཁྱིད་བྱས། དེ་ནས་མཆོམས་བསྐྱམས་ནས་བོད་རྒྱ་བདུན་པའི་ཆོས་གཅིག་ལ་གྲོལ་ཏེ་འདུལ་བ་  
ཁྱིད། སྐབས་དེར་ཆོག་ས་ཆེན་འདུས་ཆོག་ས་ལ་བསྟེན་བཀྱར་འབྲས་ཆ་དང་སྐྱེ་འབྱེད་སྟོར་  
གཉིས་རེ་བྱལ། གསོལ་ང་བཞེས་ཐུག་གཉིས་ཀ་སྐྱས་ལེགས་བྱང་སོང་། ཆོས་ཉེར་གསུམ་ཉིན་  
ནས་འདུལ་བ་ཁྱིད་མཆོམས་བཞག་བོད་རྒྱ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཉེར་དགྲའི་བར་མཆོམས་ལ་འདུག་  
ཁུལ་བྱས། བར་དེར་ལྷན་མ་སྐྱེ་ཞབས་ནས་མཁའ་རྒྱན་མཆོན་ནས་ཁྱིད་ཡོང་པའི་ལྷན་མའི་བྱ་  
པ་སོགས་མི་གངས་ཉི་ཤུ་བརྒྱལ་བ་དགེ་ཚུལ་སློང་བསྐྱབས། སྤྱར་ཡང་མཆོམས་དམ་པོར་སྟོད་  
ཁུལ་བྱས། འདི་ནས་ཞག་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་དགེ་སློང་ལེགས་རབ་བྱུང་། བོད་རྒྱ་དགྲུ་པའི་ཆོས་  
བཅུ་གསུམ་ཉིན་ནས་ལོ་དེའི་སྟོན་ཆོས་ཆེན་མོ་འབྲས་ཆོག་ས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་  
ལེན་སོ་བདུན་མ་དབུ་བཅུ་གས། ཆོས་ལྷ་བ་མི་གངས་བཞི་སྟོང་ཅམ་འདུས། ཆོས་ཉེར་བཞིའི་  
ཉིན་སློང་སློང་ཆོག་བརྒྱད་མའི་ཁྱིད་བྱས། ཉེར་ལྔའི་ཉིན་བརྟན་བཞུགས་དང་ལེན་བྱས་ཤིང་ཉེར་

བདུན་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱས་ནས་གྲོལ། དེ་ཉིན་མི་ཆོག་ས་ཁྱི་ཕྱག་བཀལ་བར་  
 འདུས། སྒོ་མཆོར་རྩོད་པའི་སོགས་སྤྱུང་ཆོས་ལྷ་བས་ཁེངས། ཕྱི་ཉིན་ནས་དགེ་ལྡན་སྒོར་མི་  
 གངས་ཉི་ཤུ་བཀལ་བར་སྒོམ་པ་འཛོགས་པ་དང་། སེར་སྐྱ་པོ་མོ་གངས་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་བཀལ་  
 བར་གསོ་སྦྱོར་གི་སྒོམ་པ་འཛོགས། མི་གངས་ལྷ་བཅུ་ལྷག་ཙམ་དགེ་བསྟན་དུ་བསྐྱབས། མི་  
 གངས་བཅུ་གསུམ་ཙམ་ལ་འཇམ་དཀར་བདག་བསྐྱེད་ཁྱིད། ཡང་བོད་ལྷ་བཅུ་པའི་ཆོས་གཅིག་  
 ནས་དགེ་ལྡན་པ་མ་དང་དགེ་སྦྱོར་བསྒོམས་མི་གངས་བརྒྱ་དང་བཞི་ཅུ་བཀལ་བར་སྒོམ་པ་  
 འཛོགས། སྐབས་འདིར་དགའ་ལྡན་དང་། སེ་ར། རྒྱུད་སྦྱང། གནས་ཆུང་ནང་བསྟན་སྒོམ་བྲ་  
 བཅས་ལ་མང་ཇ་དང་སྐྱ་འབྱེད་བྱལ། འདི་སྐབས་འདུ་འཛིའི་ཟིང་ཆ་ཉ་ཅང་ཆེ་ཞིང་དཀོར་གྱིས་  
 ཆོས་པ་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་ཞེ་སྤང་ཁོང་ཁོ་མེ་ལྟར་འབར་བ་སོགས་དགེ་སྦྱོར་ལ་ཉམས་ཆགས་  
 ཆེན་པོ་བྱང་། དེས་སྦྱོན་ནས་འདུ་ལོང་བཅན་ཐབས་སུ་བཅད་དེ་ཆོས་བཅུ་གསུམ་ནས་མཆོས་ས་  
 དམ་པོར་བསྐྱམས། དཀོན་མཆོག་གིས་ཐུགས་རྗེས་སྒོ་ཆོས་ལ་སོང་སྟེ་དགེ་སྦྱོར་ལེགས་རབ་  
 བྱང་བས་འདུ་འཛིའི་ངང་ལོ་མང་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལས་དེ་འདྲའི་སྦྱོས་མེད་ལ་ཉིན་གཅིག་ཙམ་  
 སྦྱོར་རྒྱ་བྱང་ན་ཁེ་ཆེ་བ་འདུག་སྟམ་པ་བྱང་། སྐབས་འདིར་འདུལ་བ་ལུང་ནམ་འབྱེད་མཇལ་  
 བས་ལས་ཆུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་ཕྲ་མ་བསྐྱོས་ཆོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཞུགས་གདལ། ལྷག་དོན་  
 བོད་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཉེར་གཉིས་ཉིན་ཀུན་གཟིགས་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་གཤེགས་  
 པའི་གནས་ཚུལ་ཐོས་པས་སྦྱིང་ལ་ཆོར་མ་ལུག་པ་ལྟར་དུ་གྱུར་ཅིང་དགོངས་རྩོགས་སུ་མང་ཇ་  
 དང་དགེ་འདུན་རེར་སྐྱ་འབྱེད་སྒོར་ལྷ་རེ་བྱལ། ཆོས་ཉི་ཤུ་ལྷའི་ཉིན་འབས་སྤྱངས་ཆེ་མོ་བ་  
 སྦྱོབས་བཅུ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་རྣལ་འབྱོར་མའི་བདག་འཇུག་ལྷངས། བོད་རབ་བྱང་བཅུ་  
 བདུན་པའི་ས་སྐུལ་སྤྱི་ལོ་༡༩༡༩ ལོའི་ལྷ་བ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ནས་ངག་བསྐྱམས། བོད་ལྷ་  
 གཉིས་པའི་ཆོས་ལྷ་ནས་ལོ་འདིའི་དབྱིད་ཆོས་ཚུགས་རྒྱ་ཡིན་རུང་བོད་ལྷ་གཉིས་པའི་ཆོས་



གཉིས་ཉིན་མོ་ལ་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཙམ་ནང་དམག་མི་བརྒྱའམ་ནས་དགོན་དུ་འོང་སྟེ་དགོན་གཉིས་  
མི་དྲུག་ཁྲིད་པ་སོགས་ཟེང་ཆ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་གསུང་ཆོས་ཆེན་མོ་འགོ་འདྲུགས་ཅིས་བྱས་ཀྱང་  
བར་ཆད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱིན་སོང་། ཡིན་ཡང་འདི་ལྷའི་ཆོས་ཉིད་གཉིས་ནས་མི་གྲངས་བརྒྱ་དང་  
སྟམ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་འདུས་པ་ལ་པར་བྱིན་སྦྱོར་དོན་དབྱ་ནས་ཁྲིད་འགོ་བཙམས་ཏེ་ཁྲིད། དེར་ཉིན་  
ལྷར་གསོལ་ཇ་གཉིས་རེ་བྱལ་རྒྱ་བྱུང་བ་མ་ཟད། གོང་ཆོས་ཉིན་འབྲས་སྤྱངས་འདུས་ཆོགས་  
སྤྱངས་གསོལ་ཇ་དང་སྦྱོར་འགྲེད་སྟོར་ལྷ་རེ་བྱལ་བ་དང་བོད་ལྷ་གསུམ་པ་སྤྱ་མའི་ཆོས་ཉི་ཤུའི་  
ཉིན་སྤྱར་ཡང་འབྲས་སྤྱངས་འདུས་ཆོགས་སྤྱ་གསོལ་ཇ་དང་བཞེས་བག་གཉིས་རེ་སྦྱོར་འགྲེད་  
སྟོར་བཅུ་རེ་དང་དཔེ་ཁྲིད་ལ་ཡོད་པའི་སྦྱིག་ཁུངས་མེད་པ་མི་གྲངས་བཞི་ཅུ་ཙམ་ལ་ཉིན་དགྲུང་  
གསོལ་ཇ་དང་བཞེས་བག་སྦྱོར་འགྲེད་བཙས་གོང་ལྷར་བྱལ། འདི་ལྷའི་ཆོས་སྟམ་ཅུའི་ཉིན་དགེ་  
ཚུལ་སྟོང་འགའ་ཤས་བསྐྱབས། འདིའི་གོང་ཙམ་ལ་སེ་ར་བའི་དཔེ་ཆ་བ་མི་གསུམ་ལ་འཇམ་  
དཀར་ཀྱི་ཁྲིད་ཀྱང་འབོགས། པར་བྱིན་འགོ་བཙམས་ནས་བོད་ལྷ་གསུམ་པ་བྱི་མའི་ཆོས་བདུན་  
བར་དཔེ་ཆ་སྤྱ་མཐུད་ནས་ཁྲིད་ཉིན་དེར་ཉིན་དགྲུང་ཆུ་ཆོད་བཅུ་གཉིས་ལ་བྱུག་དཔེ་ཁྲིད་  
མཁན་རྣམས་བསྐྱུས་ནས་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་བྱལ་ཏེ་ཉིན་ཆོས་ལ་བཏང་། ཉིན་ཆོས་མ་  
ཆོགས་བར་འདི་གའི་ཆོས་རྒྱུད་དམ་བཙའ་བཅུ་གས། ཆོས་བརྒྱད་ཉིན་མི་བཞི་དགེ་སྟོང་དུ་  
བསྐྱབས། ཆོས་བཅུ་གཉིས་ཉིན་པར་བྱིན་གདམས་དག་གི་འགོ་ནས་ཅུང་ཟད་ཁྲིད་དེ་གནས་  
སྐབས་བར་མཆམས་བཞག་ དེ་ལྷར་གསུང་ཆོས་དཔེ་ཁྲིད་ཀྱི་སྐབས་སྤྱ་མི་ཆོགས་རི་ལྷར་ཆེ་  
ཡང་ཁྱར་སྦྱོར་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར་འཇམ་ཐིང་དེར་རྣ་བར་ལྷགས་ཏེ་ལེགས་པར་ཉན་པ་  
བྱུང་སྟེ། གནས་འདི་ལ་རྒྱ་མའི་ལས་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ཡ་མཚན་ཉམས་ཅི་ཡང་བྱེད། བོད་ལྷ་  
བཞི་པའི་ཆོས་གཅིག་ནས་དག་བསྐྱམས་ཏེ་མཆམས་ལ་བསྐྱད། ཆོས་ཉི་ཤུ་ནས་པར་བྱིན་  
གདམས་དག་གི་ཁྲིད་མཆམས་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཁྲིད། བོད་ལྷ་དྲུག་པའི་ཆོས་གསུམ་ཉིན་



མཆོམས་འཛོག་བྱས། དགེ་འདུན་ཞལ་གྲངས་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཡས་མས་འདུས་པ་ལ་ཉིན་ལྷར་  
གསོལ་ཇ་གཉིས་རེ་ཤུལ། བོད་རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆེས་བདུན་ཉིན་ལྷ་ས་བ་ཆེམ་བཟོ་སྟོབས་རྒྱལ་  
ལགས་ནས་སྤན་ལ་བརྟན་བཞུགས་དང་འབྲེལ་མང་ཆོགས་ལ་གསོལ་ཇ་དང་བཞེས་བག་སྒྱ་  
འགྲེད་བཅས་དང་། སྟོན་པའི་ཞལ་ཐང་ཆེམ་དྲུབ་མ་རེ་ཡང་ཤུལ། སྐབས་དེར་བཀྲས་སྐྱོན་དབྱ་  
ཁྲིད་མང་པོ་མེབས་བྱུང་བར་ཁོ་བོས་གྲིས་པའི་སྒོ་སྒྲོང་དོན་བདུན་མའི་ལྷགས་ཁྲིད་ཤུལ། བོད་  
རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆེས་དགྲ་ནས་དབྱ་བཅུགས་ཏེ་བྱུང་པོ་རིན་པོ་ཆའི་སྐྱེ་མདུན་ནས་ལམ་རིམ་ཆེན་  
མོའི་ལྷགས་ལུང་ཁྱུས། ཉིན་ལྷ་ཅམ་འགོར་སོང་། མཇུག་ཏུ་མདོ་སྐྱོད་པའི་ལུང་ཡང་ཁྱུས། འདི་  
ལྷའི་ཆེས་བཅུ་བདུན་ནས་མཆོམས་ལ་བསྟུང་། བོད་རྒྱ་བདུན་པའི་ཆེས་བཅུ་གཅིག་ནས་བོད་རྒྱ་  
བརྒྱད་པའི་ཆེས་བཅུའི་བར་མི་གྲངས་བརྒྱ་དང་བཞི་བཅུ་ཡས་མས་ལ་པར་ཕྱིན་སྐྱིད་དོན་སྒྲོར་  
ལམ་ནས་ཁྲིད། འདིའི་ཡས་མས་སུ་དགེ་ཚུལ་སྒྲོང་མང་རབ་བསྐྱབས། བོད་རྒྱ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་  
དྲུག་ཉིན་རང་དགོན་འདུས་ཆོགས་སུ་བསྟེན་བཀྲར་འབྲས་ཆ་དང་སྐྱེ་འགྲེད་སྒྲོར་བཅུ་རེ་གྲིག་  
ལ་མ་ཚུད་པ་མི་གྲངས་བཅུ་དགྲུ་བརྒྱལ་བར་སྟོད་ཤག་ཏུ་བསྟེན་བཀྲར་གོང་མཚུངས་ཁྱུས།  
འདི་རྒྱའི་ཆེས་བཅུ་གཅིག་ཉིན་ལ་དཔེ་ཁྲིད་མཆོམས་འཛོག་བྱས། དེ་ནས་ཆེས་སུམ་ཅུའི་བར་  
ཐེག་ཆེན་གསོ་སྒྲོང་གི་སྟོམ་པ་འབོགས་པ་སོགས་བྱས་ཤིང་། རྒྱ་བ་དགྲུ་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་  
སྒྲར་ཡང་དག་སྐྱམས་ཏེ་བདུན་སྐག་གཅིག་གི་རིང་དགེ་སྒྲོར་གང་ལེགས་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བཅུ་  
གཅིག་པའི་ཆེས་ཤིང་ནས་ལྷན་མའི་གྲ་རིགས་སོགས་མི་གྲངས་བཅུ་སྐག་བརྒྱལ་བར་དགེ་  
ཚུལ་སྒྲོང་གི་སྟོམ་པ་འབོག་ ཆེས་ཉི་ཤུ་ལྷའི་ཉིན་བདག་འཇུག་དང་གེལ་ཟེང་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བཅུ་  
གཅིག་པའི་ཆེས་ཤིང་ནས་ལྷན་མའི་གྲ་རིགས་ཁག་གཅིག་ལ་པར་ཕྱིན་དབྱ་ནས་ཁྲིད། འདི་  
རྒྱའི་ཆེས་བཅུ་དྲུག་ནས་པར་ཕྱིན་ཁྲིད་མཆོམས་རིགས་ནས་འགོ་བཅུགས་དེ་དུས་མི་གྲངས་  
བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་ལྷག་ཅམ་འདུས་པར་སྒྲར་རྒྱན་བཞེན་གསོལ་ཇ་ཆག་མེད་དུ་ཤུལ། འདིའི་

ཡས་མས་སུ་སྒྲུབ་ལ་ཆམ་ནད་སོག་སྟེ་སྟོ་བྱགས་བྲག་རྒྱག་པ་སོགས་བར་ཆད་ཀྱི་རྣམ་པས་  
འཇུག་ཆ་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ཞིག་བྱུང་ཞིང་ལྷག་དོན་བོད་རྒྱ་བརྩ་གཉིས་པའི་ཆེས་བཙེ་ལྗེ་  
ཉིན་ལུས་ལ་གཟེར་བྱག་དང་ཆ་བ་རྒྱས་ཏེ་མཆན་མོར་གཉིད་མ་ཁྲག་པ་སོགས་ན་ཆ་ཤིན་ཏུ་  
ཆེ་བ་ཞིག་བྱུང་བས་དཔེ་ཁྲིད་ལུ་མཐུད་ནས་བྱེད་ཅིས་བྱས་ཀྱང་ན་ཆས་བྱེད་མ་སྒྲུབ་པར་ལུས།  
དེ་ཉིན་དགོ་སྤྱག་རྣམས་ལ་གསོལ་རྩ་དང་སྤྱ་ཡོན་ཕྱལ་ནས་ཡ་རྒྱལ་བའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་  
འདེབས་གསུང་དུ་བརྩལ། འདི་ཉིན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེས་མི་དམངས་སྤྲོ་ཁང་ནས་སྤྲོ་བ་  
མཁས་པ་སྒྲུབ་བརྟན་གྱུ་རིན་ལགས་ཁྲིད་གནང་ནས་སྤྲོ་སར་ཕེབ་བྱུང་བས་སྤྲོ་ཁབ་དང་  
སྤྲོ་སྟེར་བ་ཐོས། རིན་པོ་ཆེས་སྤྱགས་དམ་བརྟན་པ་གནང་ནས་ཞབས་རིམ་སྤྲོ་མདོ་བརྒྱ་  
ཆར། སྤྱང་མའི་སྤྱི་བསྐྱེད། མ་མའི་འཁྲུག་བསྐྱོང་གནས་བརྟན་ཕྱག་མཆོད་སོགས་མི་ཅུང་ཙམ་  
བསྐྱུབ་རྒྱུར་བཀའ་ཕེབས་པ་རྣམས་དེའི་ཕྱི་ཉིན་རང་ལ་ཆད་ལུས་མེད་པར་བསྐྱུབས། འདི་ཉིན་  
དགོ་སྤྱག་རྣམ་གཞིན་ཆང་མས་ཏ་ཅང་སྤྱགས་ཁུལ་ཆེན་པོ་གནང་བ་དང་སྤྱགས་བརྟན་  
བཞུགས་བསྐྱར་བ་དང་ལེན་ཞུས། ཕྱི་ཉིན་དགོན་པ་གཞུང་ནས་ཀྱང་བཀའ་འགྱུར་དག་སྟོགས་  
དང་། སྟོལ་མ་འབྲུམ་ཐེར་གསུངས་པ་སོགས་བཀའ་རིམ་འགོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུབས། འདི་ཉིན་  
ཆོགས་ཆེན་ཆེ་མོ་བ་དག་དབང་སྟོབས་བརྩེ་ཤིག་ཆང་ནས་སྤྱོད་བདག་ཞུས་ཏེ་དགོ་འདུན་  
ཞལ་གྱངས་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་གྱིས་བརྟན་བཞུགས་བསྐྱར། དེ་ལྟར་སྤྲོ་དང་བཀའ་རིམ་གྱི་  
སོགས་ཀྱི་རྒྱས་པས་བར་ཆད་ཀྱི་མཆན་མ་རེ་ཞིག་སྟོག་སྒྲུབ་ཙམ་བྱུང་། སྤྲོ་བས་དེར་དགོ་སྤྱག་  
མང་པོས་མིག་རྩ་གཏོང་བ་སོགས་མཐོང་བ་ན་སྤུང་ལའང་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་ཏེ་ལྷ་སྤྲོ་མ་དང་  
དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེར་གསོལ་བ་བྱགས་བྲག་བརྩལ་སྟེ་ཆེ་སྤྱངས་ཐབས་ལ་འབད། ཡིན་  
ཡང་ན་ཆ་འདི་མ་སོག་པའི་སྟོན་ཙམ་ནས་མི་ལམ་དུ་ཞང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཆ་བྱད་བརྩུང་བའི་  
གཞོད་བྱེད་གཞུག་པ་ཙན་གཉིས་གྱིས་ཁང་མིག་གཅིག་ཏུ་འོངས་ནས་པན་རྩུན་འཛིང་རེས་

བྱས་པའི་ཐོལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་དགྲུགས་པ་མིས་ཤིང་། ཞབས་རིམ་བསྐྱབས་ཐེན་པའི་རྗེས་སུ་ཡང་  
 ཁོ་པ་གཉིས་འོངས་ཏེ་ཁང་པ་ཞིག་གི་ཕྱི་ལོགས་སུ་འབྱར་ནས་བསྐྱད་པ་མིས་པས་ཐག་ཆོད་པོ་  
 རང་བྱུང་མེད་དམ་སྟེ། གཞན་ཡང་ཐོད་ཆེ་བཅུ་གཉིས་པ་ནས་འགྱངས་མེད་དུ་འཆི་བའི་  
 མཚན་མ་སོགས་སྟོན་ཆད་བྱུང་མ་སྟོང་བ་ལྟ་བུའི་འཇུག་སྟོང་བྱུང་བྱུང་། དཀོན་མཆོག་གསུགས་  
 རྗེ་ཆེ་བའི་སྟོབས་གྱིས་འཇུག་སྟོང་ས་མཐའ་དག་རང་དབྱིངས་སུ་ཞི། ཞབས་རིམ་སྐྱབ་སྟོབས་  
 སྟོར་སོགས་ལ་མཐུན་སྟེན་གང་ན་ཅི་དགོས་མིག་འདུལ་ལྟར་འབྱུང་བས་ལྟ་སྟེ་མ་དང་དཀོན་  
 མཆོག་གི་གསུགས་རྗེར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྟེ་ལྟ་བུ་འཕེལ། གནམ་གང་དགོང་མོ་ནས་དགེ་  
 སྟོར་ཅུང་ཟད་ལམ་དུ་སྟོང་བའི་འགོ་ཚུགས། ཐོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་བགང་བྱ་བཞི་པ་  
 རབ་སྟོས་ཞེས་པ་ལྟགས་པོ་རྟའི་ལོ་སྟེ་ལོ་༡༤༤༠ ལོའི་ཐོད་ཆེ་དང་ཐོད་ཆེས་གཅིག་ནས་སྤར་  
 རྒྱུན་ལྟར་སྟེ་བ་བསྐྱངས་ཏེ་སྟོལ་དཀར་ཆེ་བསྐྱབ་དང་དུ་རེ་འབྱུང་གཅིག་བསྐྱས་པས་ཆེ་  
 འགོགས་ཞི་བའི་མཚན་མ་ཤར། དེའི་དུས་སུ་གྱིས་པའི་གྲོགས་པོ་དག་དང་འགྲོགས་འབྲེས་  
 གྱིས་ལས་ངན་བསགས་པ་ལས་འདི་འདྲའི་རང་དུ་མི་ཆེ་བསྐྱལ་རྒྱ་བྱུང་ན་ཅི་མ་བྱུང་སྟེ་མ་  
 ཡིད་ལ་ལ་ལེར་འཁོར། ལོ་སྟེ་མ་རྣམས་སུ་དད་གཤིན་ཀྱི་རྗེས་མང་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་འཕུལ་  
 འཕུལ་ལ་ཆོས་སྟོབས་སུ་གཏོང་ལོ་བྱས་ཀྱང་མི་འཇུག་པའི་མངོན་ཏྲགས་དུ་མ་བྱུང་། འོན་ཏེ་དུས་  
 ནམ་ཡིན་ཅུང་ཉིད་བཀྱར་མ་བྱུང་ན་དགའ་བ་ལ་སྟེ་མ་ལས་བྱུང་ན་བསམ་པ་ཡིད་ཀྱི་དགུ་ལ་  
 མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གི་གཟིགས་ལམ་ལ་གསལ། འདིའི་སྟོན་དུ་ཡིན་ན་གཞན་  
 དག་ལྟ་ཅི་ཡུལ་བའི་མཚན་ཏྲགས་མཛད་སྟོེ་སོགས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་ཅི་དགའ་རོལ་བའི་  
 སྐབས་རྣམས་ལ་ཡང་ཁོ་བོ་ནི་ཆུ་འཁོལ་མའམ་རྩ་ཐང་སྟེ་པོ་ཅམ་རེ་དང་རྩམ་པ་ངན་ཅུང་རེ་ཁོ་  
 ནས་ཆོག་པར་བྱས་ནས་ལོ་མང་བསྐྱད་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་དང་ཅུང་ཟད་མཐུན་ནམ་  
 སྟེ། ད་ཆ་ནི་གཅིག་དུ་ལོ་ནའི་བབ་དང་གཉིས་སུ་གཟུགས་གཞི་གོག་པའི་སྟེན་གྱིས་འདོད་

ཡོན་འཛོལ་ཉིག་ཏུ་སྤྱད་དགོས་བྱུང་སྟེ་ཞེ་འཆར་བ་འདུག གང་ལྟར་ཡང་སྤྱང་པོ་ཡོད་པ་དམ་  
པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཆོས་བཤའ་མ་ཞིག་བསྐྱབ་སྐྱུ་བྱུང་ན་གཞན་གང་མ་བྱུང་ཡང་སྐྱ་སྐྱ་  
པ་ཞིག་ཆུང་གཞོན་རྒྱའི་དུས་ནས་ཡོད་མོད་བསམ་དོན་ལག་ལེན་དུ་མ་ཁེལ་བ་ནི་སློ་འགྲོད་ཀྱི་  
གནས་སུ་གདའོ། འདི་རྒྱའི་ཆོས་གསུམ་དགོང་མོར་སྤྲོད་ཁབ་རྒྱག་པའི་མཆོམས་དེ་ནས་སྤྱང་  
འབྲུམ་ཞིག་ཐོན་ཏེ་ན་ཐུག་གིས་གཉིད་མ་ཁུག་པ་སོགས་ལུས་མི་བདེ་བ་བྱུང་སྟེ། མི་མིན་གྱིས་  
ཅུང་ཟད་སྒྲགས་འཆོལ་བའི་མཆོན་མར་གོ། ནམ་ལངས་པ་ནས་མི་བདེ་བའི་ནམ་པ་ཡལ་ཏེ་  
སོར་ཆུད། འདིའི་རིང་སློལ་དཀར་ཆེ་བསྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབས་དང་བསྐྱུན་ནས་གསོལ་འདེབས་འདི་  
འདྲ་ཞིག་གིས་བཤགས་ཏེ། ཀ་དག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་། ཁ་དོག་སྒྲིག་  
ལེགས་བརྒྱད་གཉིས་ལང་ཆོའི་ཐོལ། ག་བྱར་ལྟར་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ལ། ང་ཅག་རུས་  
པའི་གཏིང་ནས་སྐྱབས་སུ་འཆི། ཅ་ཅོ་སྤང་ནས་རྩ་རེའི་བརྒྱས་པ་སོགས། ཆ་ཅམ་ཁྱོད་བསྟེན་  
བསྐྱབ་ཅིང་གསོལ་འདེབས་ན། ཇ་ཁ་རལ་ཅན་གཤེན་རྩེའི་འཇིགས་པ་ལས། ཉ་འདྲའི་ཐུགས་  
རྩེའི་ཐུག་གིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ཏ་ཐ་ག་ཏས་ལན་གཅིག་མ་ལགས་པར། ཐ་ཤལ་བདག་  
འདྲའི་སྐྱབས་སུ་ཁྱོད་བསྐྱབས་ན། ད་ནི་ཐུགས་རྩེའི་དབྱིངས་ནས་སྤྱར་བཞེངས་ཏེ། བ་འཆིའི་  
འཇིགས་ལས་སྤྱར་དུ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། སྤ་ར་མི་ཏའི་ལམ་གཙོ་ནམ་གསུམ་དང་། པ་མའི་  
རྒྱད་ཀྱི་རིམ་གཉིས་ནལ་འགྱོར་སོགས། བ་སྐྱ་གཡོ་བའི་དད་འདུན་བྲག་པོ་ཡིས། མ་ཡེངས་  
ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། ཅ་རྩར་འབྱུང་བ་མ་བསྐྱས་དེ་སྤྱིད་དུ། ཆ་གང་ཁྱད་  
བསད་སྐྱབ་པ་ལྟར་བྲངས་ཏེ། ཇ་ཡ་སྐས་བཅས་ཡོངས་ཀྱི་ནམ་པར་ཐར། ཐ་ལེར་བདག་གིས་  
འགྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། ཏ་ལྟར་གཙུག་གི་རྒྱན་ཏུ་ཁྱོད་བསྟེན་ཅིང་། ཐ་མ་བྱད་ཀྱི་  
མདོན་པར་མཆོད་ལགས་ན། འ་ཅག་ཆོས་ཀྱི་འགྱོར་བས་ཐོངས་ནམས་ལ། ཡ་མཆོན་མཆོག་  
ཐུན་དངོས་འབྲུབ་སྤྱར་སྟོལ་ཅིག །རྩ་ཅན་ཐུགས་དང་མཆོངས་པའི་རྫོངས་པ་དག །ལ་ཁུར་

ཆེད་དོར་འབྱེད་པའི་སྒོ་གྲོས་མིག། །ལཱ་རིའི་བྱ་དང་མཚུངས་པར་སྒྱུར་ཐོབ་ནས།། ས་གསུམ་  
འགྲོ་འདྲིའི་སྒོ་ཐུན་སེལ་བྱས་ཤོག། །ཏ་ཅང་ཁྱོད་ལ་དད་པའི་གདུང་ཤུགས་སུ།། ཨ་མས་བྱ་ལ་  
འོ་དོད་འཁོད་པ་བཞིན།། ལྷང་ལྷང་གསོལ་བ་འདེབས་འདི་དགོངས་མཛོད་ལ།། རེ་བའི་འབྲས་  
བྱ་སྒྲིལ་ཅིག་རྗེ་བཙུན་མ། ཞེས་བའོ། སྐབས་འདིར་མཛོ་བསམ་ཞིབ་ཏུ་བཏང་ནས་སང་འཆི་  
གནངས་འཆི་ལྟ་བུ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱང་ཐེག་གསུམ་གྱི་འབྲས་བྱ་ལྟ་ཞོག་ཐ་ན་ལམ་སྒྲེ་ཅམ་ཡང་མ་  
ཐེན་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་ཡིད་པམ་པའི་གནས་སུ་འདུག འོན་ཏེ་སྒོན་ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོ་གོས་སྒོས་  
གཏོང་ལོ་བྱས་པར་མ་ཟད། སྒྱུར་བ་ལག་ལེན་ལ་དངོས་སུ་བཀལ་ཏེ་སྟོ་སྒྱུ་གོས་རྩལ་གྱི་བརྒྱལ་  
བཞུགས་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་བཟུང་བ་ནི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དགེས་པའི་མཆོད་སྤྲིན་དུ་  
འགྱུར་འདུག་སྟེ་སྒོ་བས་པ་ཡང་ཅུང་ཟད་སྒྲེས། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ད་ལྟའི་ཆོས་གཞུགས་པལ་  
ཆེ་བ་སྟོ་གོས་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཆོས་སྒོས་གཏོང་བ་ལ་ཞེ་འཆེར་བ་ཅམ་ཡང་མི་འདུག་པའི་  
ཕྱིར་རོ་སྟེ་མོ།། ཆོས་ཉེར་གསུམ་ནས་སྤར་ཡང་པར་ཕྱིན་ཆོགས་སྒྱབ་ནས་ཁིད། འཁྲིད་ཡུལ་  
མི་བྱངས་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་ལྟ་ཅམ་འདུས། བར་ཆད་ཀྱི་ནམ་པས་སྐད་འགགས་ཏེ་ཁག་ཅམ་  
བྱང་རྩང་ངལ་བ་ཁྱད་དུ་བསད། སྐབས་འདིར་ཡང་གསོལ་ཇ་སོགས་སྤར་རྒྱུར་ཉར་བུལ།

ཐོད་ཆེ་གཉིས་པའི་ཆོས་གཉིས་ཉིན་གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྒྱུར་དགེ་བར་བརྟེན་ཡགོངས་  
བསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྒྱུའི་རིམ་གྲོར་དམིགས་ནས་འདི་གའི་ཆོས་ཁུ་བའི་དགེ་  
སྤྲུག་ནམས་ལ་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས་གནས་བཅུ་སོགས་གསུང་དུ་བཅུག་འབྲས་སེལ་  
དང་སྒྱུ་ཡོན་སྒྲོར་ལྗེ་རེ་གསོལ་ཇ་སོགས་བྱ་རོམ་པ་བུལ། འདི་ཉིན་མ་བསྐྱིགས་ལྟན་བྱལ་གྱི་  
ཉིན་འབྲེལ་ཡ་མཚན་བ་ཞིག་བྱང་བ་ནི། ལྷན་ཁང་ནས་གོས་སྒྱུ་ཆེན་མོའི་ནང་མཚན་ཡ་རྒྱལ་  
བའི་སྒྱུ་བཞེངས་བྱལ་ནས་སྤན་སར་གདན་འདེན་བཞུས་བྱང་བས་མི་ཆང་མ་ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན་  
སྒྲེས། ཆོས་བདུན་ལུ་མོར་མི་ལམ་རོ་མཚར་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱང་ཏེ་ལར་ནས་ནས་མཁར་

འཕྱར་བ་ཡང་ཡང་མིས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ལྷག་དོན་འདིའི་རྒྱལ་མོར་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱང་ལ་དད་  
མོས་ཤུགས་དྲགས་སྐྱེས་པའི་མོས་ཉིད་ན་ནམ་མཁར་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་མིས། སྐབས་  
དེར་མི་ཆོགས་རྗེ་ཆེར་སོང་བར་བརྟེན་འདི་གའི་རང་ཤག་དུ་མ་ཤོང་བར་ཆོས་བཙུ་བྱག་ནས་  
ཀྱན་དགའ་རུ་བར་དཔེ་བྲིད་བྱ་ཡུལ་གནས་སྟོན་བྱས། ཆོས་ཉེར་གཅིག་ཉིན་སྟེ་དྲུག་རིན་པོ་ཆེར་  
དགའ་ལྟའི་བྲིད་ལུལ། འདིའི་ཉིན་ས་འགྲུལ་ཤུགས་ཆེན་ཞིག་བརྒྱབ་སོང་བས་འདིའི་མཇུག་དེ་  
མར་དགོན་ནང་ལོ་རྒྱུད་འགའ་རེས་སྒྲེར་ལངས་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་ཉིན་ཤས་སྟོན་དུ་གྲ་པ་ཞེ་  
གཅིག་དགོན་ནས་གནས་དབྱུང་བཏང་བས་བྱས་པ་རེད། འཆད་ཉན་མེ་འབར་བ་ལྷ་བྱའི་ནང་དུ་  
ཚུ་སྐྱགས་པ་ལྷ་བྱའི་བར་ཆད་བྱུང་སོང་བས་སྟོན་པམ་ཆེན་པོ་བྱུང་། ཡིན་ཡང་བར་ཆད་ཀྱི་དབང་  
དུ་མ་གཏང་བར་ཆོས་ཉེར་གཉིས་ནས་དཔེ་ཆ་ཟུ་མཐུད་ནས་བྲིད་དུས་ནམ་ཡིན་རུང་ཆར་  
འཚུབ་རྒྱུད་འཚུབ་ལ་མ་སྐྱག་པར་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་སྟེ་ལ་ཁུལ་བྱས་པས་ལམ་སྟོངས་ཀྱང་གང་  
ལེགས་བྱུང་། ལྷག་དོན་འདིའི་ཉིན་མོར་གྲ་རྒྱུད་པལ་ཆེར་སོང་ནས་མི་འདུག་ཀྱང་རེ་བྱུང་ལུས་  
པ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་གསོ་དང་འབྲེལ་དབྱགས་དབྱུངས་བས་ཆང་མ་སྐྱགས་བདེ་འཛོལ་  
ལེ་བྱུང་བ་ནི་དགོན་མཆོག་གིས་སྐྱགས་རྗེ་མ་ཡིན་ན་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡིན། དེ་དུས་དགོན་མཆོག་  
ལ་བརྟག་པ་ཞིག་བགྱིས་པར། དེ་ཞིག་ཆོས་མཆོམས་འཛོག་ན་ལེགས་པའི་མཆོན་མ་ཤར།  
ཆོས་ཉེར་ལྷ་ནས་མཆོམས་ལ་སྟོན་པའི་ལུགས་སུ་བྱས། མཆོམས་ལ་རྗེ་སྲིད་སྟོན་པ་དེ་སྲིད་དུ་  
ཉིན་ལྷར་སྟོན་འོད་འཕྱག་ཅམ་ཀྱི་རིང་ལ་དགེ་སེམས་རྣམ་དག་རེ་སྐྱེས། དེ་ཞིག་ནས་གང་  
རེག་ཟད་པ་ཡོད་དེ། ཆ་རེག་འཕེལ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། བདག་འཛིན་ཟད་པ་ཡོད་དེ། བདག་མེད་  
རྟོགས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་སྐྱམ་པ་ཞིག་སྟོན་ལ་ལྷང་གིས་འཆར། རང་ལོ་སྐུམ་ཅུ་ཡས་མས་ཤིག་  
ལ་རྒྱལ་ཅིག་མི་ལམ་དུ་འཕྱུགས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་པཎ་ཞུ་སྟེ་རིང་ཞིག་སྐུལ་བ་མིས། ཡང་སྐྱ་མ་  
རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་འབྲེལ་ངོས་སར་ཕེབས་པའི་དགོངས་མོར་མི་ལམ་དུ་ཤེ་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་



ཕྱིན་པའི་ཚུལ་ལ་བྱེད་བྱེད་སེམས་ཆོས་འཕགས་དང་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་ཞེས་གསུངས་པའི་མི་  
 ལྟས་དང་། ཡང་འདྲུག་འགྲེལ་པེའས་པའི་དགོངས་མོར་གསེར་ཟངས་ཀྱི་རྒྱན་མཆན་ཆེ་བ་  
 ཞིག་འདྲུགས་པར་མིས་བ་སྟེ་ལྟས་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཕྱིས་བསམས་ན་ཆོས་འཆད་སྤེལ་ཅུང་ཟད་  
 བྱེད་རྒྱ་འོང་བའི་ལུང་བསྟན་ཡིན་པ་འདྲ། ཆོས་བརྟུ་གསུམ་ནས་སྤར་ཡང་པར་ཕྱིན་སྤར་གྱི་  
 བྱེད་མཆན་ནས་སྤེལ་མཐུན་དེ་བྱེད། ཡང་གོང་སྟོས་གྲ་ཞེ་གཅིག་ཕྱིར་འབྱུང་བྱས་པར་ངོ་རྒྱལ་  
 གྱིས་ཆོགས་ལ་མི་འགོ་མཁན་མི་གངས་ཉེར་དྲུག་ཙམ་ཞིག་ཆོགས་ལ་མ་ཡོང་པར་བརྟེན་  
 དགོན་བ་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་བྱ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁའི་མཆན་ལ་སྤེལ་བ་ན་ཁོ་བོས་སྟོབ་གསོ་བརྒྱབ་  
 པས་འབྲས་བུ་ཐོན་ཏེ་དགོན་ན་གནས་པ་དང་། ཆོགས་ཆོས་སོགས་སྤར་རྒྱན་ལྟར་ཆོགས་སྤེལ་  
 པ་བྱུང་བས་ཀྱུན་ཀྱང་སྟོབ་དེ་བག་པེའས་པ་བྱུང་། འདི་ནི་བསྟན་པ་ལ་བྱས་རྗེས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་  
 ཏུ་རྒྱུ་ཆོག་པ་ཡོད་དོ། འདི་དུས་མི་ལམ་དུ་ཉི་མ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཤར་བ་  
 གཅིག་ལྟ་མོ་དང་། གཅིག་གནས་ཆུང་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་མིས། ཆོས་ཉེར་བརྒྱད་ནས་དཔེ་བྱེད་  
 མཆན་པ་ཞེས། །རྒྱ་བ་བཞི་པའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཙོ་ལུང་བར་མཆན་ལ་བསྟན་ཀྱང་འདིར་  
 ལུས་ཁམས་མི་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི་དགོ་སྤྱོད་གང་ཙམ་ལས་མ་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆོས་ཉི་  
 སྟེ་ནས་ཆོས་ཉེར་བདུན་བར་དབྱིད་ཆོས་ཆེན་མོར་ལྷུང་བཤགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འཆད་པའི་  
 ལུགས་སུ་བྱས་དེའི་ཆོས་ཉེར་ལུང་ཉིན་མཁའ་འགོ་བརྟན་བཞུགས་བསྟར་བ་དང་དུ་སྤངས།  
 འོན་ཏེ་མཁའ་འགོའི་གཟུགས་ཅན་རྒྱལ་ཁབ་མཐོང་ཙམ་ནས་སེམས་སྟོལ་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་  
 བོར། ཆོས་ལྷ་བ་མང་ཆེ་བ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུང་འདྲུག་ལེགས་ཉེས་གང་གི་ལྟས་ཡིན་ནི་མ་  
 ཤེས། དེ་སྟོན་ལམ་རིམ་སོགས་ལན་ཁ་ཡང་འཆད་མོས་ད་ལན་ལས་མི་ཆོགས་ཆེ་བ་ནི་བྱུང་  
 མ་སོང་ཞིང་། ཐར་བའི་ས་བོན་ཐེབས་སམ་སྟམ་པའི་མི་མཐའ་ཁྲི་པ་ཞིག་བྱུང་བས་ཐན་རང་  
 ཡང་ཡིད་ཤིན་ཏུ་དགའ། ཆོས་ཉེར་བརྒྱད་ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་དགོ་བསྟེན་དང་དགོ་ཚུལ་དགོ་



སྒྲིང་བཅས་ཁྱོན་མི་གངས་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ལ་དཀའ་ཆོགས་ཆེན་པོས་སྒྲིམ་པ་འབོགས།  
 བོད་རྒྱ་ལྷ་པའི་ཆེས་ལྷ་ནས་པར་ཕྱིན་ཐུ་འཕུད་ནས་ཁྲིད། འདི་ཉིན་གསུང་ཆོས་ཀྱི་དབུལ་ལྷག་  
 འཕྲོ་དགེ་འདུན་རེར་སྒྲོར་བྱུག་ཅུ་རེ་ལྷ་རེ་དང་། མར་རྒྱ་མ་ལྷ་རེ། ར་བག་རྒྱུང་བཞི་རེ། ཅམ་པ་  
 རྒྱ་མ་ཉི་ཤུ་རེ་ལུ། འདི་རྒྱའི་ཆེས་བརྒྱད་ཉིན་པར་ཕྱིན་སྐབས་གསུམ་པའི་མཆུག་ཇོགས་པར་  
 བཞེན་རེ་ཞིག་མཆམ་འཇོག་བྱས་ནས་མཆམས་ལ་བསྟད། ཆོས་བཅུ་གཉིས་ཉིན་གོས་སྐྱ་ཆེན་  
 མོའི་རབ་གནས་དབུ་རྒྱགས། ཆོས་བཅུ་བདུན་ཉིན་གོས་སྐྱ་ཆེན་མོའི་རྟེན་འབྲེལ་དགའ་སྟོན་  
 བྱས་པས་ངོ་མཆར་གྱིས་ལྟས་དུ་མ་བྱུང་། འདི་ལྟའི་ཆེས་བཙོ་བརྒྱད་ནས་སྤར་ཡང་ཉིན་ཅུའི་  
 རིང་པར་ཕྱིན་ཐུ་འཕུད་ནས་ཁྲིད། ཆོས་སུམ་བཅུའི་ཉིན་འབྲས་སྤངས་ཞོ་སྟོན་དང་བསྟན་གོས་  
 སྐྱ་གསར་པ་འབྲེལ་སྟོན་བྱས་པར་མི་ཆོགས་ཁྲི་ལྷག་མང་པོ་འདུས། མཆོན་གང་ཆར་པ་བབས་  
 པ་མ་ཟད། ཉིན་དགུང་ཡང་རྒྱ་ཆོད་བཅུ་གཅིག་ལ་མ་སྐྱེབས་བར་དུ་ཆར་པ་མ་ཆད་པས་གོས་  
 སྐྱ་བཀམ་མ་ཐུབ་ཀྱང་། མི་མང་ནས་དཀའ་བ་ཁྱད་བསད་ཀྱི་སྐྱུག་སྒྲོད་བྱས་སོང་བས། ཆོགས་  
 རྒྱབས་པོ་ཆེ་བསགས་སོང་བ་ལ་རང་ཡང་དགའ་ཆོར་གཏིང་ནས་སྐྱེས། བོད་རྒྱ་བདུན་པའི་  
 ཆོས་བཞི་ནས་པར་ཕྱིན་ཐུ་འཕུད་ནས་ཁྲིད། བོད་རྒྱ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་བཅུ་གཅིག་  
 བར་མཆམས་ལ་བསྟད་ནས་སྤར་ཡང་ཉིན་གསུམ་རིང་པར་ཕྱིན་ཐུ་འཕུད་ནས་ཁྲིད། འདི་ཡན་  
 པར་ཕྱིན་སྐབས་བཞི་པའི་བཤད་པ་ཇོགས་ནས་མཆམས་བསྟམས། བོད་རྒྱ་དགུ་པའི་ཆེས་  
 བཙོ་ལྷ་ནས་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་སྟོན་ཆོས་ཆེན་མོར་སྦྱོད་འཇུག་ཆེན་མོའི་ཁྲིད་དབུ་  
 བཅུགས། སྦྱོན་བདག་ཇོགས་མེད་སོགས་གསུམ་གྱིས་བསྐྱལ་བ་ལྟར་ལགས། ཉེར་བརྒྱད་ཉིན་  
 སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་སྐབས་འདིར་མདོ་སྐྱུག་ཐམས་ཅད་མིས་ཁེངས་པ་  
 སོགས་སྤར་ལྟར་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་བྱུང་། ཆོས་སུམ་ཅུ་ནས་ཉིན་གཉིས་རིང་དགེ་རྒྱལ་སྒྲོང་དང་  
 དགེ་བསྟེན་བཅས་ཁྱོན་མི་གངས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་བསྐྱབས། ལོ་འདིར་གསེར་ཟངས་ལས་བྱུབ་

པའི་ཆེ་དཔག་མེད་གཙོ་འཁོར་གསུམ་བཞེངས་བྱུང་ཅིང་། ཆེས་ཉེར་ལྟ་སྟེ་ལྟ་མཆོད་ཉིན་རབ་  
གནས་མདོར་བསྐྱས་དང་བདག་འཇུག་སྒྲངས། བོད་རྒྱ་བཙུ་གཅིག་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་  
བཟུང་རྒྱ་བ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་མཆོམས་དམ་པོར་བསྐྱམ་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་དང་མང་ཆོགས་ལའང་  
སྐྱབས་འཇུག་ཞུས། གཞུག་རི་ལྟར་འོང་མེན་མི་ཤེས་ཀྱང་འགོ་ནས་བཞག་མ་བཙུའི་རིང་ལ་  
དགེ་སྦྱོར་ལེགས་རབ་བྱུང་། འདིའི་རིང་ལ་སྦྱོད་འཇུག་ཤེར་ལེའི་རྩ་འགྲེལ་ཆ་ཆང་ལ་བལྟས་  
ཤིང་། བལྟས་ཟེན་ནས་དེ་ལ་ཟེན་བྲིས་ཀྱང་འདེབས་འགོ་བཙུམས། ལྷགས་ལུག་ལོ་སྦྱི་ལོ་  
༡༩༩༡ ལོའི་བོད་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཆེས་གཅིག་ཉིན་མཆོམས་གོལ། རྒྱ་བ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་དག་  
བསྐྱམས་ཐུབ་པར་བྱུང་ཞིང་། དགེ་སྦྱོར་ཡང་གང་ལེགས་བྱུང་། ཆེས་གཉིས་ནས་པར་བྱིན་  
སྐྱབས་ལྟ་བ་ནས་ཁྲིད། ཆེས་བཙུ་གཉིས་ནས་བོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཆེས་གཉིས་བར་ཉིན་གངས་  
ཉེར་གཅིག་རིང་ལོ་འདིའི་དབྱིད་ཆོས་ཆེན་མོ་བཙུགས། སྦྱོད་འཇུག་ལེའུ་བྱག་བ་ནས་འཇུག་མ་  
རྫོགས་གྱི་བར་དུ་འཆད། ཆོས་ཞུ་བའི་མི་འཁོར་སྤར་རྒྱུན་དང་མཆུངས། ཆོས་གསུམ་ནས་ཉིན་  
གཉིས་རིང་དགེ་བསྟེན་དང་དགེ་ཚུལ་སྦྱོར་མི་གངས་སུམ་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་ལྟག་ཙམ་བསྐྱབས།  
ཆོས་བྱག་ནས་པར་བྱིན་ཁྲིད། ཆོས་བཙུ་བཞིའི་ཉིན་དགེ་ཚུལ་སྦྱོར་བརྒྱ་ལྟག་ཙམ་བསྐྱབས། དེ་  
ནས་པར་བྱིན་སུ་འཇུད་ནས་ཁྲིད། བོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་བཙུ་ལའི་བར་མཆོམས་  
ལ་བསྐྱད། ཆོས་བཙུ་བྱག་ཉིན་བྲག་གཡབ་པ་འགའ་གས་དགེ་ཚུལ་སྦྱོར་དུ་བསྐྱབས། དེ་ནས་  
སྤར་ཡང་པར་བྱིན་ཁྲིད་མཆོམས་ནས་འགོ་བཙུམས་ཏེ་ཁྲིད། ཆོས་བཙུ་ཉིན་རྒྱལ་རོང་བ་  
ཁ་གཅིག་དགེ་ཚུལ་སྦྱོར་བསྐྱབས། ཆོས་ཉེར་གཅིག་ཉིན་པར་བྱིན་ཡོངས་སུ་མཇུག་བྱུང་བ་  
བྱུང་དེ་ཉིན་མ་བསྐྱེགས་ལྷན་བྲུབ་གྱི་གོ་མ་འབྲས་སིལ་ཕུལ་མཁན་ཡང་བྱུང་། དེ་ནས་མཆོམས་  
ལ་བསྐྱད། བོད་རྒྱ་བྱག་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་དབུ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ཁྲིད་འགོ་  
བཙུམས་ཏེ་ཆོས་ཉེར་བརྒྱད་ནས་རེ་ཞིག་བར་མཆོམས་བཞག་ སེམས་བསྐྱེད་དང་པོ་བྱུང།

པོད་ཆེ་དགུ་པའི་ཆེས་བདུན་ནས་ཆེས་ཉེར་བཞི་བར་ཉིན་བཅོ་བརྒྱད་རིང་ཆོག་མཆོད་འདུ་ཁང་  
དུ་ལོ་འདྲིའི་སྟོན་ཆས་ལ་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་དབུ་ནས་ཁྲིད། མཐུག་སེམས་བསྐྱེད་  
ཉིན་ལྔར་མ་བྱུང་མ་སྟོང་བ་ལྟ་བུའི་མི་ཆོག་མཆོད་པོ་འདུས། ཀུན་གྲང་ཆོས་ཀྱི་དགའ་བདེས་  
སྤང་བ་འགྱུར་བ་བྱུང་། ཆེས་ཉེར་དུག་ནས་ཉིན་གཉིས་རིང་དགེ་བསྟེན་བཅུ་ལྟ་ཅམ་དང་།  
དགེ་ཚུལ་པ་མ་སྟོན་བརྒྱ་དང་ཞེ་བརྒྱད། དགེ་སྟོང་སུམ་ཅུ་སོ་བཞི་བཅས་བསྐྱབས། ཆེས་ཉེར་  
བརྒྱད་ནས་དབུ་མ་ཁྲིད། པོད་ཆེ་བཅུ་པའི་ཆེས་དུག་ཉིན་ཅ་བའི་ཆེ་མ་ཨ་བུ་རྩོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་  
པོའི་གཤུང་བཞེན་རིན་པོ་ཆེ་དང་བསྟན་འགྱུར་ཞལ་ཐང་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་མེ་ལོང་ཆ་  
ཆང་། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་ཐང་གོས་བཤམ་རང་འགྲིགས་སོགས་པ་ཡུལ་དུ་  
གདན་འདྲེན་ཞུས། ཆེས་དགུ་ཉིན་གཤམ་གྱི་སོགས་དགེ་ཚུལ་བཅུ་ལྟ་ཅམ་བ་བསྐྱབས།  
ཡང་ཆེས་སུམ་ཅུའི་ཉིན་དགེ་བསྟེན་གཉིས་དང་། དགེ་ཚུལ་དུག་དགེ་སྟོང་བཅུ་བདུན་བཅས་  
དང་། ཐེག་ཆེན་གསོ་སྟོང་ཞུ་མི་བཅོ་ལྔ་བཅས་ལ་སྟོན་པ་འབོགས། འདི་ཉིན་ཐེའི་མཉམ་པ་ཁ་  
གཅིག་དགེ་ཚུལ་དུ་བསྐྱབས། རྩོ་རྩེ་པག་མོ་དང་བཅས་པར་ཆོས་འབྲེལ་བྱས། པོད་ཆེ་བཅུ་  
གཅིག་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་སྤྲོ་བ་བཅད་དེ་མཆོམས་ལ་བསྟན། ཆེས་ཉི་ཤུའི་ཉིན་ནས་དབུ་མ་  
ཁྲིད་མཆོམས་ནས་ཁྲིད། སྤྱི་ཆེས་དུག་ཉིན་དགེ་ཚུལ་སྟོང་བཅུ་གསུམ་བསྐྱབས། ཆེས་བཅུ་  
དུག་དགོང་མོ་མེ་ལམ་དུ་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་བྱད་མེད་ཅིག་འབྲིས་སུ་འོངས་ནས་ཕྱིར་བསྐྱད་མི་ཐུབ་  
པར་ཅི་བྱ་གཏོལ་བྲལ་དུ་གྱུར་བ་ཞིག་མིས། དེ་དུས་ཆོས་ཅན་མཐུན་སྤང་བ་འགོ་འཇུགས་ཅམ་  
ནས་བར་ཆད་ཀྱི་རྣམ་པས་ཆམ་པ་བརྒྱབ་སྟེ་སྐྱད་འགག་པ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་ཁྲིད་བྱེད་རྒྱུར་  
དཀའ་ངལ་ཆེ་ཅམ་བྱུང་བྱུང་། དཀའ་ངལ་ཁྲད་བསད་ཀྱིས་བཤད་པའི་འཛོ་མ་བཅད། སྐབས་  
དེར་དགོངས་པ་རབ་གསལ་བདག་སྤྱི་བཀག་པ་རྩོགས་ནས་གཞན་སྤྱི་འགོག་པའི་འགོར་  
སྤེལས་རང་ལོ་དོན་ཅུ་དོན་གཅིག་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༢ པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་ཅུ་སྟེལ་ལོའི་ཆེ་བ་

དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ཉིན་ཆམ་པ་ནད་ལོག་བརྒྱབ། ཆེས་བཅུ་བདུན་ནས་དག་བསྐྱམས་ཏེ་སྒོལ་  
 དཀར་ཆེ་སྒྱུབ་ཅིག་བསྐྱད་ན་ལེགས་པའི་མཆན་མ་ཤར་བ་ལྟར་བསྐྱད་པས་ཐོག་མར་ཆེས་ཉིར་  
 གཉིས་ཉིན་དཔེ་ཆ་ཁྲིད་ཅིས་བྱས་ཀྱང་ཅུང་མི་ལེགས་པའི་མཆན་མ་བྱུང་བས། བོད་ཆེ་གཉིས་  
 པའི་ཆེས་གཅིག་བར་ཕྱིར་འབྱུངས་བྱ་རྒྱུར་ཐག་བཅད། འདིའི་རིང་དགོན་མཆོག་ཐུགས་རྗེས་  
 དགོ་སྒྲོལ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནས་ཡང་གསུང་ཆོས་ཆེས་བཅུ་ལ་གཏན་འཁེལ་  
 སོང་བར་བརྟེན་དཔེ་ཆ་འཁྲིད་རྒྱ་སྒྲར་ཡང་ཕྱིར་འབྱུངས་བྱས། བསམ་བར་སུ་དང་ཐུགས་སྐྱད་  
 མེད་པར་དག་བསྐྱམས་ནས་སྡོད་རྒྱ་བྱུང་ན་དགོ་སྒྲོལ་གང་ལེགས་དང་ས་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་འཕེ་  
 གཟུགས་བརྟན་ཅམ་ཡོང་རིགས་སུ་འདུག་ཀྱང་། ཆོས་འཆད་དགོས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་། སྒོ་  
 བྱེ་ནས་མི་གཞན་དང་ཐུག་སྐྱད་བྱས་ན་བྱ་སྒྲུ་རྒྱུད་གིས་འཁྲེང་བ་ལྟར་ཡོང་གིས་འདུག་པས།  
 འདུ་འཛི་ཐེར་བ་དགོ་སྒྲོལ་གྱི་སད་སྒྲིབ་ཆེ་ཤོས་སུ་འདུག་དེར་བརྟེན་འདུ་འཛིས་གཡེང་བ་  
 བཅོམ་ཆོད་དུ་དོར་ནས་བསེ་རུ་ལྟར་སྡོད་རྒྱ་བྱུང་ན་དགའ་བ་ལ་སྟམ་པ་ཡང་ཡང་འཆར། བོད་  
 ཆེ་གཉིས་པའི་ཆེས་བཅུ་ནས་དཔྱིད་ཆོས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྤར་གྱི་འཕྲོ་ནས་ཁྲིད། བོད་ཆེ་  
 གསུམ་པའི་ཆེས་གཅིག་ལ་གྲོལ། ད་རེས་ཀྱི་གསུང་ཆོས་ནི་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་རང་གཞན་  
 ལ་པན་ཐོག་ཆེ་བ་བྱུང་བ་ནི། སྒྲོལ་ཆོས་སྐབས་དམིག་ནམ་གསལ་ཐེབས་པ་དང་། གཞུང་ལ་  
 ཡང་གོ་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དུ་མ་འཆར། སེམས་བསྐྱེད་ཉིན་མི་ཆོགས་སྤར་བྱུང་མ་སྒྲོང་བ་  
 ལྟ་བུ་འདུས་པའི་མི་གངས་སུམ་ཁྲི་ཅམ་འདུས་ཐེར། ཆོས་གསུམ་ཉིན་དགོ་བསྟེན་ཉི་ཤུ་ལྟ་  
 ཅམ་དང་ཕྱི་ཉིན་དགོ་སྒྲོལ་ལྟ་བུ་དང་བརྒྱད་བསྐྱབས་ཐེན་རྗེས། ཆེས་བརྒྱད་ནས་དབུ་མ་ཁྲིད།  
 སྤར་ཡང་ཆེས་བཅོ་བརྒྱད་ཉིན་དགོ་རྩལ་སྒྲོང་མི་གངས་བཞི་བཅུ་ལྟ་ཅམ་བསྐྱབས། ཆོས་  
 ཉིར་བདུན་ཉིན་ནས་རེ་ཞིག་དཔེ་ཁྲིད་མཆོམས་བཞག་ཏེ། བོད་ཆེ་བཞི་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་  
 མཆོམས་བསྐྱམས། ཡིན་ན་ཡང་ཆེས་ལྟ་ནས་སྤར་གྱི་ནད་ལོག་བརྒྱབ་ཏེ་བར་ཆད་ཀྱི་དབང་དུ་

སོང། འོན་ཀྱང་དཀའ་ངལ་ལ་རི་མི་སྣམ་པས་ཆེས་བཅུ་དྲུག་ནས་ཆེ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་  
བར་དབུ་མ་གོང་འཕྲོ་ནས་འབྲིད་སྐབས་འདིར་བར་ཆད་ཀྱི་རྒྱུ་པས་དགོན་ནང་དགེ་འདུན་  
ནང་མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུ་ཆེས་ཆེར་འབྱུང་བས་དབྱར་གནས་ཀྱི་འགལ་རྒྱུ་དུ་འབྱུར་པར་  
མཐོང་སྟེ་མཆན་མོ་གཉིད་ཀྱང་མི་ཁྲག་པ་བྱུང་བས། དབྱར་ཞལ་བཞེས་ཀྱི་གོང་ཆེས་ཉི་ཤུ་  
ཆོག་མཆན་ཆོག་དབུས་སུ་ཕྱིན་ནས་བསྐབ་བྱ་བས་པས་འཁྲགས་པ་རྒྱུ་ཞིང་དབྱར་  
གནས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འཆོགས་ཐུབ་པ་བྱུང། དེ་ནས་ཆེ་དཔག་མེད་ལྷ་ཁང་གི་གྲ་ཆུང་བདུན་  
ཅུ་དགེ་ཚུལ་དུ་བསྐྱབས། བོད་རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུའི་ལས་མས་ནས་ལུས་ལ་ཐོར་བ་ཐོན་  
པ་སོགས་ཀྱི་ནད་ཆ་བས་ཆེན་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སྤྲོད་ཁང་བསྟེན་པ་སོགས་བྱས། དེའི་བར་ན་  
དགོན་པ་དང་དགེ་སྤྲུག་སོགས་ཀྱིས་ཞབས་རིམ་མང་པོ་བསྐྱབས། ལྷག་པར་ཆེས་ཉི་ཤུ་ལྟའི་  
ཉིན་སྟོབས་བཅུ་ལགས་ནས་མཁའ་འགོ་བསུན་རྒྱུ་གི་བཟན་བཞུགས་བྱས། བོད་རྒྱ་བརྒྱུད་  
པའི་ཆེས་གསུམ་ནས་སྤར་ཡང་དབུ་མ་བྲིད་མཆམས་བྲིད། ཆེས་དགྲའི་ཉིན་དགེ་ཚུལ་སྟོང་  
བཅུ་གཅིག་ཅུ་བསྐྱབས། ཆེས་བཅུ་གཅིག་ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་སུམ་ཅུ་པའི་སྟོང་པོ་ལེགས་  
བཤད་སྟོན་དབང་བྲིད། ཆེས་བཅུ་བདུན་ནས་དག་བསྐྱམས་ཏེ་མཆམས་ལ་བསྐྱད་ཀྱང་ན་ཆ་ནི་  
ད་དུང་སངས་དྲག་ཕྱིན་མི་འདུག་པས་དགོང་ཚོ་གཉིད་མ་ཁྲག་པའི་དཀའ་ངལ་ཅི་ཡང་བྱུང་བ་  
ལ་ས་སྤྲགས་ལས་པན་ཆེ་བ་མ་བྱུང། བོད་རྒྱ་དགྲུ་པའི་ཆེས་གཉིས་ནས་སྟོན་ཆོས་ལ་ལམ་  
རིམ་ཆེན་མོའི་འཕྲོ་ནས་བཤད། དེ་སྟོན་ལས་མི་འབྲ་བའི་སྤྲིག་བྲིམས་འཁྲུང་བ་དང་། མི་  
ཆོགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ལྷག་པར་ཆེས་བཅུའི་བཟན་བཞུགས་ཉིན་མི་ཆོགས་ཆེ་ཞིང་སྟེ་དྲུག་  
རིན་པོ་ཆེས་མཐུལ་སྤྲགས་བཤད་མཛད། ཐན་རང་ནས་མང་ཇ་དང་སྐྱུ་འགྱེད་སྟོར་གཉིས་རེ་  
ལུལ། ཆེས་ཉི་ཤུའི་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་ནས་གོལ། དེ་ཉིན་མི་ཆོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཤིང་གསུང་  
ཆོས་རིང་ཆོགས་སུ་མི་མང་པོ་འདུར་རྒྱག་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་བེར་རེ་བ་བྱས་པ་ལན་མང་བྱུང་

བས་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་བྱེད་དགོས་པའི་རྟགས་ཀྱང་བྱུང་། ཆེས་ཉེར་གསུམ་ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་དགེ་ཚུལ་སྒོར་དང་། དགེ་བསྟེན་བཅས་བརྒྱ་ལྷག་དུ་མ་བསྐྱབས། སྐབས་འདིར་འཚུབ་ཆ་ཡིན་ཏུ་ཆེ་བས་དུག་ཅུ་མ་ཁྲི་ཆར་འཕུལ་བསྐྱབ་དགོས་ཚུལ་ཞལ་པར་སོག་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་ཕེབས་པ་སྟུང་། བོད་རྒྱ་བརྒྱུ་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་ཉིན་དུག་གི་རིང་བསྐྱབས། དེས་ན་ཆ་དྲག་སྐྱེད་མངོན་གསལ་ཆེ་བ་བྱུང་། སྐར་ཡང་ཆེས་བརྒྱ་གཅིག་ནས་སྐྱ་བ་བཅད་དེ་མཆམས་ལ་བསྟན། བྟག་གཡལ་བ་བྱ་དགོན་གྱི་མཁན་པོ་སྟོ་ལྷན་ལགས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་སྟུང་། བོད་རྒྱ་བརྒྱུ་གཅིག་ཆེས་གཉིས་ནས་གཟུང་སྒྲོར་གསུམ་ཅམ་རིང་པར་བྱིན་གཅིག་དུ་བྲལ་ནས་བྱང་པེས་བར་ཞིབ་པར་ཁྲིད། འདིའི་རིང་སྐད་འགགས་པ་སོགས་དཀའ་ངལ་ཡིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་ཡང་ངལ་བ་བྱུང་བས་ད་བྱས། འདིའི་ཡས་མས་སུ་དགེ་ཚུལ་སྒོར་སོགས་ཀྱང་མང་རབ་བསྐྱབས། བོད་རྒྱ་བརྒྱུ་གཉིས་པའི་ཆེས་གསུམ་ཉིན་འདི་གའི་དགོན་དུ་གཏོང་སྟོ་དང་སྐྱེ་འགྱེད་སྟོར་བརྒྱ་རེ་བྲལ། ཆེས་ལྷ་ནས་ལོ་རྒྱུས་མའི་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་བར་སྐྱ་བ་བཅད་དེ་མཆམས་ལ་བསྟན། ལྟག་པར་རང་ལོ་དོན་གཉིས་སྟེ་ལོ་༡༩༩༣ བོད་ཆུ་ལྷག་ལོའི་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ནས་རང་གཅིག་བྱ་བསྟན་པས་རྒྱན་ལྷན་དང་སྟོས་ན་དགེ་སྦྱོར་ཡང་གང་ལེགས་བྱུང་། བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཆེས་ཉེར་གསུམ་ནས་དབུ་མ་སྟར་གྱི་ཁྲིད་མཆམས་ནས་སུ་མཐུད་དེ་ཁྲིད། བོད་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཆེས་གསུམ་ནས་ཆེས་བརྒྱ་གཅིག་བར་དག་བསྟན་ནས་རང་གཅིག་བྱུར་བསྟན། འདིའི་རིང་དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་བྲུགས་དྲག་ཏུ་ཐེབས་པ་སོགས་དགེ་སྦྱོར་ལེགས་པོ་བྱུང་། ཞིང་ཆེས་ལྷའི་དགོང་མོ་མི་ལམ་དུ་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལྷ་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱུང་མེད་འགའ་ཤས་ཡོང་ནས་ང་རང་འཁྲིད་རྩིས་བྱས་པར་དགེ་བསྐྱོས་ཡིན་ཟེར་བའི་གྲུ་པ་གཟུགས་སྟོབས་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་ཁོ་ཉམས་དང་བཅས་གཏོང་གི་མིན་ཞེས་བྱུང་མེད་དེ་ཆོ་ཕྱིར་འབུད་སོང་བ་ཞིག་ཟེས་པ་འཁྲལ་སྟངས་ལ་ཡིད་བརྟན་ནི་ག་ལ་ཡོད། བོད་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཆེས་



བརྩ་གཅིག་ནས་དབྱིད་ཆོས་དབྱ་བརྩ་གས་ཏེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྤར་གྱི་བྲིད་མཆམས་ནས་  
འཆད། འོན་ཏེ་སློང་སྤྱད་དོན་བདུན་མའི་བྲིད་ཅིག་བྱུང་ན་དགེ་མཆན་ཆེ་བར་མཛོད་ནས་ཁོ་ཤི་  
སློང་སྤྱད་ཅིན་གྱིས་གྱི་སྤྱད་ནས་དེའི་བྲིད་གཅིག་གྱུང་བ་ཤད། འདི་སྤྱད་ཆེས་སུམ་ཅུའི་ཉིན་  
སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱས་ཏེ་གོལ། ལམ་རིམ་བསྐྱེད་པས་འགྲོའི་མཆམས་སུ་སྤེབས། མི་  
དམངས་སྤྱིགས་བྲིམས་ལེགས་པ་དང་ཆོག་མཆོད་ཆེ་བ་སོགས་སྤར་ལས་གྱུང་ངོ་མཆོད་ཆེ་བ་  
བྱུང་། ལྷག་པར་སེམས་བསྐྱེད་ཉིན་མི་གངས་འབྲས་ཐུག་ཅུ་མཆོས་སམ་སྤྲུལ། བོད་རྒྱ་  
གསུམ་པའི་ཆོས་གཉིས་ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་དགེ་སློང་མི་གངས་དགྲ་བརྩ་གོ་བཞི་དང་དགེ་  
ཚུལ་པ་མ་མི་གངས་ཉིས་བརྒྱ་བདུན་བརྩ་དགེ་བསྐྱེད་མི་གངས་ལྷ་བརྩ་དང་ལྷ་བཅས་བསྐྱེད་པས་  
ཤིང་གསོ་སྤྱད་ཁྱེ་མི་བརྩ་བདུན་ཅུ་ལ་སྤྲོམ་པ་འཛོགས། མཆམས་འདིར་སྤར་གྱི་ནད་རོ་  
ལངས་པར་བརྟེན་ཉིན་ལྷའི་རིང་སྤྲོན་པ་བཀྲ་གས་ཁབ་ཟེད། ཆོས་བརྩ་གཅིག་ཉིན་དགའ་ལྷན་  
དགོན་དུ་བཞེས་ཐུག་འབྲས་ཆ་དང་སྐྱེ་འགྲེད་སྒྲོར་བརྩ་རེ་ཕུལ། དེའི་ཉིན་ནས་དབྱ་མ་ཐུ་མཐུད་  
ནས་བྲིད། ཆོས་བརྩ་གསུམ་ཉིན་འདི་གར་དགེ་འདུན་ཞལ་གངས་བརྩ་གདན་ཤངས་ནས་དུར་  
བའི་སྤྱིན་བསྐྱེད་ཐུགས། བོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆོས་གཅིག་ནས་མཆམས་བཅད་དེ་དག་བསྐྱེད་པས།  
ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ནས་དབྱ་མ་སྤར་གྱི་བྲིད་མཆམས་ནས་བྲིད། བོད་རྒྱ་ལྷ་པའི་ཆོས་ཉི་ཤུའི་ཉིན་  
གར་དཔོན་པ་སངས་དོན་གྲུབ་ལགས་དགེ་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་པས། བོད་རྒྱ་དུག་པའི་ཆོས་ལྷ་ཉིན་  
དཔེ་བྲིད་མཆམས་འཛོགས་བྱས། ཆོས་བརྩ་དགྲ་ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་སྤྲོམ་སུམ་བསྐྱེད་བྱ་བྲིད།  
ཆོས་ཉིན་སུམ་ནས་སྤར་ཡང་དབྱ་མ་བྲིད། བོད་རྒྱ་དགྲ་པའི་ཆོས་གཉིས་ཉིན་ལམ་རིམ་འཆད་  
ཅིས་གྱི་དེའི་བར་མཆམས་ལ་བསྐྱེད། ཆོས་བརྩ་བཞི་ནས་སེ་ར་དགོན་དུ་བཀའ་འགྲུར་ལྷགས་  
ལུང་སྤུལ་འཆར་འདུག་གྱུང་གོང་གི་འཆར་གཞི་ལྷར་ཆོས་གཉིས་ནས་སྤྲོམ་ཆོས་ལ་ལམ་རིམ་  
ཆེན་མོའི་སྐྱེད་པས་འགྲོའི་དབྱ་ནས་བརྩམས་ཏེ་འཆད་པའི་ལུགས་སུ་བྱས། རྒྱ་མ་དགོན་མཆོག་



གི་ཐུགས་རྗེས་པལ་མོ་ཆེའི་སྒྲིབ་བ་བསྐྱར་བུལ་བ་བྱུང་། ཆོས་ཁུ་བ་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེར་རྗེ་  
མང་དུ་སོང་སེམས་བསྐྱེད་ཉིན་ཆོག་གས་ཆེན་གྱི་ཕྱི་ནང་ཀུན་མིས་ཁེངས་པ་མ་ཟད། ཆ་བའི་རྫོ་  
སྐྱས་སོགས་གང་སར་མིས་བྱུར་བྱུར་བཏམས་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་ཆར་བ་ཡང་མངོན་གསལ་  
དུ་འབབ། མང་ཆོག་ནས་ཞལ་འདེབས་འབྱལ་མི་སྤར་རྒྱན་ལས་ལྷག་པ་བྱུང་ཞིང་། ཆོས་ཉེར་  
གསུམ་ཉིན་གྲོལ་བས་ཉིན་གངས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཉིས་ཕྱིན་འདུག ཆོས་ཉེར་ལྷའི་ཉིན་དགེ་ཚུལ་པ་མ་  
ཁྱོན་མི་གངས་ཉིས་བརྒྱ་དོན་བརྒྱད་དང་། དགེ་བསྟན་མི་གངས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་དང་། ཕྱི་ཉིན་  
དགེ་སློང་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་མེད་བཞི་བཅས་ལེགས་པར་བསྐྱབས། ཉིན་སྤར་མར་རིན་སྤངས་པ་དགེ་  
ཚུལ་སྐྱབ་མི་ཞིག་ནས་རྩི་ཡིག་རང་བྱོན་ངོ་འཆར་བ་དེ་ལྟལ་འདུག བོད་རྒྱ་བརྒྱ་པའི་ཆོས་  
གཅིག་ནས་རྣམ་འགྲེལ་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་འགོ་ནས་ཁིད། སེ་ར་བ་སོགས་མི་གངས་སུམ་  
བརྒྱ་སོགས་འདུས། ཆོས་བདུན་ཉིན་ལྷུང་དགྲུན་ཆོས་འབྲས་སྤངས་སུ་ཆོག་གས་པ་དང་སྐབས་  
བསྐྱར་གྱིས་ཆོག་གས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་ཆོས་རྩ་བ་སོགས་དགེ་འདུན་གངས་སྟོང་ཐག་བཞལ་བར་  
བཞེས་སྐྱག་འབྲས་ཆ་སྤུས་ལེགས་དང་སྐྱེ་འབྱེད་སྟོང་བརྒྱ་རེ་སོགས་བསྟན་བཀའ་ཐབ་རྒྱས་  
སྟོས། ཆོས་ཉེར་གསུམ་ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་དགའ་ལྡན་པ་ཡོངས་རྫོགས་པེབས་སྟེན་ཀུན་  
རྩའི་འདུ་ཁང་དུ་མ་ཤོང་བར་ཕྱི་ལོགས་སུ་མང་དག་ཅིག་བཞུགས་དགོས་བྱུང་བས། ཁྱོན་བེལ་  
ན་མི་གངས་ལྷ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་འདུས། རྒྱ་མ་དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེས་འང་དགྲུན་ཆོས་གྲ་  
པ་པལ་ཆེར་དཔེ་ཁིད་དུ་འདུ་བ་ལ་རྣམ་འགྲེལ་སེམས་རྒྱུད་ལ་རྗེ་ལྷུང་སྟོར་ཚུལ་ལས་བརྩམས་  
ཏེ་བསྐྱབ་བྱ་ནན་པོ་བྲས་པས་པལ་ཆེར་གྱི་སེམས་ལ་ཐུག་པ་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བརྒྱ་གཉིས་པའི་  
ཆོས་གསུམ་ཉིན་རྒྱ་མའི་དུས་མཆོད་རྒྱས་བསྐྱབས་མཆོམས་པ་ཞིག་སྟོས། ཆོས་དུག་ནས་  
མཆོམས་ལ་བསྐྱད་ནས་ཞག་ཤས་སོང་མཆོམས་རེ་ཞིག་ཕྱི་མི་བཀག་པ་ཙམ་ལས་དག་སྟོང་  
ནས་སྟོང་འཇུག་ཆེན་མོའི་ཞེར་ལེ་དང་། བསྟོ་བའི་ལེའུ་གཉིས་གྱི་འགྲེལ་བ་རྫོགས་པར་བྲིས།

རང་ལོ་དོན་བཅུ་དོན་གསུམ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༥ བོད་ཤིང་བྱི་ལོ་འེ་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ནས་  
རང་གཅིག་ཕྱར་དག་བསྐྱམས་ནས་བསྐྱད། དང་པོ་སློབ་དཀར་གཟུངས་སྐུགས་འབུམ་འཐེང་  
གཅིག་དང་། དེ་རྗེས་འཛིགས་བྱེད་དབང་གཅིག་གི་བསྟེན་པ་སྐྱབས་བདེ་ཞིག་བསྐྱད། ཆེས་  
གཅིག་ཉིན་སེམས་པ་ལས་སུ་རུང་ཅམ་བྱང་ཡང་། དེ་ནས་ཉིན་གཅིག་གཉིས་འདྲུ་འཛི་དང་  
དགོར་སྤྱིབ་ཀྱི་རྒྱུན་པས་སེམས་རྣལ་དྲུ་མི་ཐེབས་པ་སོགས་ཀྱི་འགོག་རྒྱུན་ཆེ་ཅམ་བྱང་ཡང་  
དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སོར་རྒྱུད་ཐུབ་པ་བྱུང་། འོན་ཏེ་འཛིགས་བྱེད་ཅ་བསྐྱུགས་བཟླ་བ་ན་རྒྱུང་  
འཇུག་བཟོད་པར་དཀའ་བ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཐུབ་ནས་སྤྱིང་པོ་འགོ་འཇུགས་པ་ན་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་  
ལ་རྒྱ་འཁོལ་མའི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་མོ་སྐྱགས་པ་ལྟར་འཇུག་སྤྱོདས་ཐམས་ཅད་རང་ཞི་ལ་བྱིན་  
སོང་། བོད་ཟླ་དང་པོའི་ཆེས་བཙེ་བརྒྱུད་ཉིན་མཆམས་གོལ་ཆེས་ཉི་ཤུ་ནས་དབུ་མ་ཐུ་མཐུད་  
ནས་ཁྲིད། བོད་ཟླ་གཉིས་པའི་ཆེས་བཅུ་གཅིག་ནས་དག་བསྐྱམས་ནས་མཆམས་ལ་བསྐྱད་  
ཀྱང་ན་ཆ་དང་འབྲས་དགོན་དབུ་ཁྲིད་རྣམས་ཀྱི་ཐུག་ལས་གནང་ཐོགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་སློ་མི་  
བདེ་བའི་གནས་ཚུལ་ཆེ་ཅམ་བྱུང་། དེ་ཡང་གསལ་བར་བཤད་ན། གསུང་ཆོས་ཀྱི་བར་ཆད་  
ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་བྱི་ནས་ཐེབས་པའི་སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་བཞུགས་བཟོད་མི་བདེ་སོགས་  
སྟོན་ཆད་བྱུང་མ་སྟེང་བའི་འཇུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ལངས་ལ་ཉེ་བ་ན་དགོན་མཆོག་གི་  
ཐུགས་རྗེས་རྒྱོག་ཐུབ་ཅམ་བྱུང་། བོད་ཟླ་གཉིས་པའི་ཆེས་ཉེར་གཅིག་ཉིན་འདི་ལོའི་དབྱིད་ཆོས་  
ཆེན་མོ་དབུ་བཅུགས། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྤར་ཀྱི་འཕྲོ་ནས་བཤད། ཆོས་བཤད་རི་སྟོད་ཅིག་  
བྱས་པའི་ནང་ད་རེས་གནད་དུ་སྤྱོན་ཤོས་བྱུང་ཞིང་མི་ཆོགས་ཀྱང་སྟོན་ཆད་བྱུང་མ་སྟེང་ལྟ་བུ་  
བྱུང་། བཤད་མཆམས་ནི་ལས་འབྲས་ནས་འགོ་བརྒྱམས་ཏེ་སྟེ་བུ་རྒྱུང་དུ་འོ་ཡོངས་རྩོགས་  
ཐུབ་ནས་བོད་ཟླ་གསུམ་པའི་ཆེས་བཅུ་གསུམ་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་ནས་གོལ། དེ་རྗེས་ཉིན་  
གསུམ་རིང་དགོ་བསྟེན་བརྒྱ་ཅུ་གྲ་གཉིས་དང་དགོ་རྩལ་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་ཅུ་རེ་བདུན་དགོ་རྩལ་མ་

དགུ་བཅུ་གོ་བརྒྱད། དགེ་སློང་བརྒྱ་དང་ཞེ་བརྒྱད་བཅས་བསྐྱབས། རྒྱུ་མཐུད་བྱ་བྲེལ་གྱི་དཀའ་  
 དལ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ནི་འདིས་རྒྱུན་པས་ཆམ་པ་སོགས་སྟེ་ལུས་མི་བདེ་བ་ཆེ་ཙམ་བྱུང་བས་སྐྱེན་  
 ཁབ་སྤུ་མཐུད་དེ་བརྒྱབ། དགེ་སྤྱུག་སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱུན་སློང་བྱས་ནས་དགོན་པའི་  
 འདུས་སྤྱི་ནས་ཆེ་བ་འདིའི་ཆེས་ཉེར་བཞིའི་ཉིན་ཁོ་སོར་བརྟན་བཞུགས་བསྟར་བ་བྱ་ཤིན་ཏུ་  
 འགྲིགས་པ་བྱུང་། ཆེས་སུམ་ཅུའི་དགོང་མོ་དག་བསྐྱམས་ཏེ་མཆམས་ལ་བསྟན། དགེ་སློང་  
 ཡང་གང་ལེགས་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆེས་ཉེར་གཅིག་ཉིན་ནས་དབུ་མ་ཁྲིད་མཆམས་བྱམ་  
 པ་སྐྱམ་བྱ་ནས་ཁྲིད། འདི་ཉིན་བཟུང་སྤྱན་དུ་མང་ཇ་དང་སྤྱི་འབྲེད་སློང་བཅུ་རེ་སྤུལ། བོད་རྒྱ་ལྷ་  
 པའི་ཆེས་བཅུ་བཞིའི་ཉིན་འབྲས་དགོན་སྤྱི་གཡོད་ལ་བཞེས་མོག་དང་སྤྱི་འབྲེད་སློང་བཅུ་ལྷ་རེ་  
 སྤུལ་ཆེས་བཅུ་དྲུག་ཉིན་དགོན་པའི་སྤྱི་གམེད་རྣམས་ལ་བག་ལེབ་གསུམ་རེ་བཞེས་ལག་སྤྱི་  
 ཡོན་སློང་བཅུ་རེ་སྤུལ་སྤྱི་སྤྱོམས་ཤོག་སློང་ཉིས་ཁྲི་ལྷག་ཙམ་སོང་། སྐབས་ཤིག་ན་དེས་  
 འབྱུང་སྤྱི་སྤྱད་ཅིག་སྤྱིས་ཏེ་འདི་སྐད་དུ། ཀྱ་ཡེ་གསན་དང་ལམ་མིང་ལགས། ཁ་ཡི་ཆོས་ཀྱི་  
 བན་མེད་པས། ག་ལེར་རྣམ་དག་ལྷ་ཆོས་ཤིག ། ང་ཡིས་མ་བྱེད་ཐབས་འདུག་གམ། ཅ་ག་ལ་  
 སོགས་ཀྱུན་སོར་ནས། ཆ་མེད་ཡུལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ན། ཇ་སོགས་འདོད་ལ་ཞེན་པ་ནི། ཉ་མོ་  
 ལས་ཀྱང་རྒྱུན་མིན་ནས། ཉ་ཐུག་ཏའི་དགོངས་པ་བཞིན། ཐ་ཤིང་སྤྱི་གམེད་པའི་ལས་སྤངས་  
 ཏེ། ད་ནས་དགེ་བ་ཅི་བྱས་སུ། ན་འཆིའི་བར་དུ་ཅིས་མི་བཟུང། པ་ཏ་ལྷར་འཁྲིག་འཁོར་བ་  
 ཡི། པ་མཐར་ཅིས་ཀྱང་བརྟོལ་འདོད་ན། བ་སྤྱི་གཡོ་བའི་དད་འདུན་ངང་། མ་གཡེངས་ཅེ་  
 གཅིག་ལམ་སྤོམ་ཤིག ། ཅ་རེ་ཏ་སོགས་མ་བསྟེགས་ཀྱང་། ཆ་གངས་སྤོམ་པའི་གནས་འདི་  
 རུ། ཇ་ཡའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབས་བྱས་ན། ཐ་ལེར་ཤི་ཡང་འགྲོད་རྒྱ་ཅུང་། ལྷ་གོས་རྒྱབ་  
 རྩས་ཙམ་ཞིག་དང་། ཐ་མ་འཆོ་ཙམ་ཞིག་བསྟེན་ནས། འ་ཁུར་ཆོས་བརྒྱད་འགོ་སྤོམས་ཏེ།  
 ཡ་མཆོན་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་སྤྱབ། ལ་འདེངས་གཤེན་རྩས་གསོད་ཏེ་བས། ལ་ཁུར་ཆོས་ལ་

རབ་འབད་དེ། ག་ཁྲག་ཕུང་པོ་མ་དོར་གོང་། ས་ལམ་རྩོགས་པ་ཨིན་ལྟོས། ཏ་ཅང་རང་  
སེམས་སྒྲིབ་གས་ནས། ཏ་ལེའི་ཏ་ལེའི་ཆོགས་བཅད་འདི། ཨ་ཏོ་བྱ་ཆུང་འབྲེད་བའི་བྱས།  
ཨ་མར་གསོལ་བ་དཔེ་བཞིན་བྱས།

ཞེས་བྲིས་པ་ལགས། བོད་རྒྱ་བྱུག་པའི་ཆེས་བཅུ་གཉིས་ཉིན་དབུ་མ་དགོངས་པ་རབ་  
གསལ་བ་ཤད་འཁྲིད་ཡོངས་རྩོགས་འཇུག་གྲུབ། དེ་ཉིན་དབང་པོ་སྒྲིན་ཅན་སྒྲིག་འཇུགས་ནས་  
ཕན་ལ་བཏུན་བཞུགས་བསྟར། ཆེས་བཙུང་བཟུང་ཉིན་འདུལ་བ་ཁྲིད་འགོ་བཙུངས། བོད་ཆེས་  
བཅུ་གཉིས་ནས་བཅུ་བདུན་བར་རང་གཅིག་ཕུར་བསྟར་དེ་བསྐབ་བདུས་སྒྲིག་པས། སེམས་ལ་  
དངངས་སྒྲག་དང་དགའ་སྦྱང་ཅི་རིགས་བྱུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བྲི་མ་མེད་པ་རྣམས་འཇལ་  
བ་ན་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་པ་ཙམ་ནི་གང་གི་ཀྱང་ཡོང་གི་མེད་པ་ནི་པལ་ཆར་རང་སྤོང་  
གིས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། བོད་རྒྱ་བདུན་པའི་ཆེས་བཅུ་གསུམ་ཉིན་ནས་ཉིན་གཉིས་རིང་དགེ་ཚུལ་  
སྒོང་མི་གངས་བརྒྱ་དང་དགྲ་བཅུ་ལྷག་ཙམ་བསྐྱབས། ཆེས་ཉེར་བཟུང་ཉིན་རེ་ཞིག་དཔེ་ཁྲིད་  
མཆོམས་འཛོག་བྱས། ཕྱི་ཉིན་དགག་དབྱེ་དང་དགོན་པའི་སྒྲིག་ལ་ཡོད་མེད་ཡོངས་ལ་བཞེས་  
ལག་དང་བཞེས་བག་སྒྲུ་འབྲེད་སྒོར་བཅུ་རེ་འབྲལ་ལམ་ཞུས། བོད་རྒྱ་བཟུང་པ་སྒོན་མའི་ཆེས་  
གསུམ་ནས་སྦྱར་ཡང་འདུལ་བ་ཁྲིད། འདི་ཉིན་འགོ་ལོག་རྒྱ་མ་རྩུ་དཀར་དོ་རྩེ་མཆོག་སྒྲུ་འཁོར་  
འདིར་དོ་ཐེབས་དང་འབྲེལ་སྦྲེང་མོལ་ཞུས། འདི་རྒྱའི་ཆེས་བཙུང་ཉིན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཆེན་  
པོ་འདི་གའི་ཆོས་རྒྱར་ཞབས་སོར་བཀའ་བྲིན་བསྐྱངས་པ་དང་འབྲེལ་ཁོ་བོར་བྱིན་རྟེན་ཅ་ཆེན་  
ཁག་དང་མཇལ་དར་ནང་མཛོད་ཤོག་སྒོར་བརྒྱ་ཐམ་པ་བཙས་གསོལ་རས་སྒྲུ་སྒྲུལ། བོད་རྒྱ་  
བཟུང་པ་ཕྱི་མའི་ཆེས་གཅིག་ཉིན་འདུལ་བ་ཁྲིད་རྒྱ་རེ་ཞིག་མཆོམས་འཛོག་བྱས། འདི་རྒྱའི་  
ཆེས་བཙུང་ཉིན་ལོ་འདིའི་སྟོན་ཆོས་འགོ་འཇུགས་ནས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྦྱར་གྱི་འཕྲོ་ནས་  
འཆད་འཆར་ཡོད་པས། ཞག་ཤས་ངལ་གསོ་དང་འབྲེལ་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་

བ་སོགས་ཅི་དག་བྱས། སྤར་གྱི་འཆར་གཞི་ལྟར་བོད་ཆོ་བརྒྱུད་པ་གྱི་མའི་ཆེས་བཙེ་ལྟེ་ཉིན་  
 ནས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྦྱེས་བྱ་འཕྲིང་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཁྱིད། རྒྱུན་ལྡན་གྱི་མི་ཆོགས་སྤར་  
 ལས་ཆེ་བ་བྱུང་། བར་མཆམས་སུ་ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མའི་ཁྱིད་དང་། འཇམ་སྤྱད་བཟང་  
 གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་བཤར་སྒྲོམ་བྱ་ཚུལ་ཆ་ཆང་འགོ་བར་བྱས། བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཆ་  
 ནལ་བསྐྱུས་པ་དང་སྦྱི་བསྐྱངས་བསྐྱུས་པའི་ལུང་ཡང་སྤྲུལ། ཆེས་བཙེ་ལྟེ་རང་ལ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱན་འདུས་གྱི་བཀའ་ཡིག་ཟབ་མོ་སྦྱི་བོར་ཕེབས་པས་མ་བསྐྱིགས་ལྟན་གྱུ་བ་གྱིས་ཉེན་འགྲེལ་  
 འགྲིག་ ཆོ་གཡེང་གི་བག་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའང་རང་ཞི་ལ་སོང་། ཆོ་མའི་ཡོན་ཏན་ལ་མོས་གུས་  
 མ་སྦྱེས་དབང་མེད་བྱུང་། འདིའི་རིང་བསྟེན་བསྐྱུར་དང་ཞལ་འདེབས་སྤུལ་མི་སོགས་སྤྱོད་ཆད་  
 བྱུང་མ་སྒོར་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་། དེ་སྤྱོད་གང་ལས་ཀྱང་ད་ལན་འཆད་ཉན་གནད་དུ་སྦྱིན་པ་བྱུང་སོང་  
 ལ། འཆད་པ་པོ་རང་ལ་ཡང་ཆོ་བསྐྱེད་སྤར་དང་མི་འདྲ་བ་ཉིད་བྱུང་། བོད་ཆོ་དགྲ་པའི་ཆེས་  
 བཞིའི་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་ནས་གྲོལ། དེ་རྗེས་དགེ་ཚུལ་སྦོང་དང་དགེ་བསྟེན་སོགས་སྤར་  
 ལས་ཆེས་མང་བ་བསྐྱབས། དེ་ནས་ཉིན་ཤས་སོང་མཆམས་འདུལ་བ་སྤར་གྱི་འགོ་ལྟ་སྤྲུག་ནས་  
 ཁྱིད། བོད་ཆོ་བརྒྱུ་པའི་ཆེས་དགྲའི་ཉིན་ཅ་བའི་ཆོ་མའི་ཡང་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱ་འཁོར་གསུམ་  
 འདི་གང་སྤྲུག་ཕེབས་རྒྱ་སྒོར་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་བ་སོགས་ཅི་འགྱོར་བས་བསྟེན་བསྐྱུར་ཞུས།  
 བོད་ཆོ་བརྒྱུ་པའི་ཆེས་བཙེ་ལྟེ་ནས་ཉེར་བརྒྱད་བར་ནམ་འགྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པ་ནས་ཁྱིད། དེ་  
 ནས་མཆམས་བཞག། བོད་ཆོ་བརྒྱུ་གཅིག་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ནས་མཆམས་ལ་བསྐྱད། རང་ལོ་  
 རོན་ཅུ་རོན་བཞི་སྦྱི་ལོ་༡༩༩༥་བོད་ཤིང་པག་ལོའི་ཆོ་བ་དང་པའི་ཆེས་བཙེ་ལྟེ་ཉིན་དག་སྦོང།  
 ཁྱོད་ཆོ་བ་གཉིས་དང་ཉིན་ཞག་བརྒྱའི་རིང་མཆམས་ལ་བསྐྱད། དེའི་བར་ན་འཛིགས་བྱེད་གྱི་  
 བསྟེན་པ་དང་སྒོལ་དཀར་ཆེ་སྦྱུ་བ་བཅས་གང་ལེགས་བྱུང་། མཆམས་གྱི་གསེང་བར་ནམས་སུ་  
 ཆད་མ་ནམ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་ཞིག་ཀྱང་བཙུགས། ཆེས་ཉེར་གཅིག་ནས་འདུལ་བ་ཉེས་

བྱས་སོ་གསུམ་གྱི་མཆམས་ནས་བྲིད། བོད་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཆེས་གཉིས་ནས་འདུལ་བ་བྲིད་  
མཆམས་བཞག དེ་ནས་ཞག་དྲུག་གི་རིང་ལ་རིན་པོ་ཆེར་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་གི་བྲིད་  
ཕུལ། བོད་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཆེས་དགྲའི་ཉིན་ལོ་འདིའི་དབྱིད་ཆོས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྤར་གྱི་འཕྲོ་  
ནས་འཆད་འགོ་བཙམས། བོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཆེས་གཅིག་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་ནས་གྲོལ།  
དེར་མང་ཇ་དང་སྤྱ་འགྲེད་སྒོར་ལྔ་རེ་ཕུལ། སྤར་ཡང་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཐུན་མོང་དུ་སྤྱ་འགྲེད་  
སྒོར་གཉིས་རེ་དང་མང་ཇ་བཙས་ཕུལ། ད་རེས་སྤར་ལས་ཀྱང་མི་ཆོག་མཆོད་བ་སྤྱི་གས་ཁྲིམས་  
ལེགས་པ། བཤད་པ་གནད་དུ་སྤྲོན་པ་སོགས་བྱུང་སོང་། ཆོས་ལྔ་ནས་ཉིན་གཉིས་རིང་དགེ་  
ཚུལ་སྒོར་མི་གངས་ཉིས་བརྒྱ་དྲུག་བཅུ་རེ་གསུམ་དང་། དགེ་བསྟན་མི་གངས་ལྔ་ཅུ་ར་གཅིག་  
བཙས་བསྐྱབས། ཆོས་སུམ་ཅུའི་ཉིན་རིན་པོ་ཆེར་དགའ་ལྗན་ལྔ་བརྒྱ་མ་དང་དམིགས་བཅེ་མའི་  
བྲིད་སྟབས་བདེ་ཞིག་བྱས། བོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆེས་གཅིག་ནས་དག་བསྐྱམས། རོག་མར་ཉིན་  
འགའ་ཤས་རིང་དེ་སྟོན་དགོར་སྤྱིབ་དང་འདུ་འཛིར་ཤོར་བའི་རྒྱུན་པས་ཁ་ཉོན་ཆོག་བྱུང་ཡང་  
ལམ་དུ་སྒྲོངས་དཀའ་བར་བྱུང་བས་ཡིད་སྒོང་སྒོང་པོར་གྱུར། འོན་ཏེ་ཆོས་བཞི་ནས་ཅུང་ལེགས་  
སུ་བྱིན་པས་དགོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་ལྗབ་འཕར་དུ་སོང་། འདིའི་རིང་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་སྒོར་  
འཛིན་པའི་ལུགས་སུ་བྱས། ལླབས་འདི་དག་ཏུ་འཁོར་བའི་ཉིས་དམིགས་རང་གི་རང་གི་སྒོ་ལ་  
འཁོར་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་བྱུང་། ཆོས་བཙུང་ལཱའི་ཉིན་དགེ་སྦྱོར་གང་ལེགས་བྱུང་། ཆོས་  
ཉི་ཤུའི་དགོང་མོ་ཙམ་ནས་མཆམས་གྲོལ། ལླབས་དེར་སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་དགེ་  
སྦྱོར་ཡིད་གཉིད་ནས་འཁོལ་བ་རེ་འོང་གི་འདུག ད་ལོའི་དབྱིད་ཆོས་ལླབས་ཞལ་འདེབས་བྱུང་  
རོག་ནས་རིག་གཞུང་གིས་དགེ་འདུན་རེ་རེར་སྒོར་ཆོག་སྒོར་སོགས་ཕུལ་སོང་། ཆོས་ཉིར་  
གཉིས་ཉིན་ནས་སྤར་ཡང་འདུལ་བ་བྲིད། ལོ་འདིར་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་ཞལ་ཐང་ཆེ་  
ལེགས་ཆ་ཆང་གཉིས་བཞེངས་ནས་རྒྱལ་ཐང་གྲ་ཆང་དང་རོང་པ་ཁང་ཆན་སོ་སོར་བསྐྱར་བ་



ཡིན། ཆེས་བཅུ་གསུམ་ཉིན་དགོན་པའི་སྤྲིག་ལ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་དགོན་པར་བཞུགས་  
 སོ་ཙམ་ལ་སྐྱེ་འབྱེད་སྒྲོར་བཅུ་རེ་དང་། ཤ་བག་ལེབ་བཅས་འབྲུལ་ལམ་ཞུས། འདི་ཉིན་  
 མཆོམས་ཁུང་དང་གར་དགོན་བཅས་ལའང་བསྟེན་བཀྱར་ཞུ་བྱེད་ཀྱི་དོད་ཕུལ། འདིའི་ཕྱ་ཉིན་  
 ཤེན་ཅང་བ་མི་སྣ་མང་པོ་ལ་རྒྱན་ཆགས་གསུམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཕུང་ཕུལ། རྩ་བཟང་དང་ནེུ་  
 རྩ་རི་བཅས་ལའང་གོང་མཆོངས་ཀྱི་བསྟེན་བཀྱར་ཞུས། རྩ་ད་སྟོད་སྟོད་ལའང་བསྟེན་བཀྱར་  
 སྤར་བཞེན་སྟོས། སྐབས་འདིར་ཁམས་མོ་སྐལ་མ་ལགས་དང་། ཕུན་ཁང་ཨ་མ་ལགས་གཉིས་  
 ནས་བྱིན་རྟེན་ཅ་ཆེན་སྤར་མིང་ཙམ་ཡང་གོ་མ་སྟོང་བ་མང་རབས་སྟེར་བྱུང་བས། ཡ་མཆོན་  
 ཉམས་ཆེན་པོ་བྱུང་། བོད་རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆེས་བཞི་ནས་སྐྱ་བཅད་མཆོམས་བསྐྱམས་ཀྱིས་སོ་ཐར་  
 ཀྱི་མདོ་ཡོངས་རྫོགས་སྟོ་ལ་བཟུང་། ཆེས་ཉེར་གཅིག་ལ་མཆོམས་གྲོལ་ནས་སྤར་ཡང་འདུལ་  
 བ་ཁྲིད། བོད་རྒྱ་བདུན་པའི་ཆེས་བཅོ་ལྔའི་ཉིན་སོ་ཐར་ཀྱི་མདོ་རྒྱས་བ་སྐྱ་དག་གསལ་སངས་ཀྱི་  
 འབྲས་སྤངས་ཆོགས་ཆེན་དུ་གཏོན་རྒྱ་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་གསུམ་ནས་སྤར་ཡང་  
 འདུལ་བ་ཁྲིད། ཆེས་བཅུ་གཅིག་ནས་མཆོམས་ལ་བསྐྱད། རྒྱ་འདིའི་ཆེས་ཉེར་གཅིག་ནས་ལོ་  
 འདིའི་སྟོན་ཆོས་ལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་འཕྲོ་ནས་ཁྲིད། ཞོར་ལ་ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ་དང་མ་  
 རོར་ལམ་སྟོན་ཀྱི་ཁྲིད་ཀྱང་ཕུལ་བོད་རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆེས་བཅུ་གསུམ་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་  
 ནས་གྲོལ། ཆེས་བཅོ་ལྔའི་ཉིན་དགེ་བསྟེན་པ་མ་བསྟོམས་བརྒྱད་ཅུ་གྲག་གཉིས་དང་། དགེ་ཚུལ་  
 པ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཅུ། དགེ་ཚུལ་མ་དྲུག་ཅུ་རེ་གཉིས། ཆེས་བཅུ་དྲུག་ཉིན་དགེ་སྟོང་གངས་བརྒྱ་  
 དང་ཉེར་བཞི་བཅས་བསྐྱབས། དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡང་བཟོད་བསམ་བྱས། བོད་རྒྱ་བཅུ་  
 པའི་ཆེས་བརྒྱད་ནས་དཔེ་ཁྲིད་མཆོམས་འཛོག་བྱས་ཏེ་མཆོམས་ལ་བསྐྱད་པའི་ཕུགས་སུ་  
 བྱས། རང་ལོ་དོན་བཅུ་དོན་ལྔ་སྟེ་ལོ་༡༤༤༤ བོད་མེ་བྱེ་ལོའི་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ནས་  
 མཆོམས་ལ་བསྐྱད་དེ་སྟོལ་དཀར་ཀྱི་ཆེ་བསྐྱབ་བྱས་གཟུངས་སྤགས་འབྲུམ་གཉིས་ལྷག་ཙམ་

སོང་། ཆོས་བཙུ་གཉིས་ཉིན་རྣམ་འབྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པའི་ཟིན་ཟིན་ཆ་ཆར་བྱལ། དེ་ཉིན་  
འདིགས་བྱེད་ཀྱི་ལས་རུང་འགོ་བཙུགས། སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོའི་འི་སྐའི་སྤར་ཕུད་ཀྱང་འདི་ཉིན་  
ལག་ཏུ་འབྱོར་གནས་གཤེས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ལེགས། (འདི་ནས་རང་རྣམ་ཕྱག་ཟིན་ཕྱག་བསྟར་མ་མེད་  
པས་སྐྱ་བཙུན་རྣམས་ཀྱིས་བཀོད་པའི་ཉིན་ཐོང་སྐྱེད་མོལ་གཞིར་བྱས་ནས་བཀོད་པ) སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༦ ལྷ་  
བ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཉི་ཤུ་ནས་དབུ་བཙུགས་སྟེ་བོད་ལྗེ་གསུམ་པའི་ཆོས་བཙུའི་བར་ཉིན་ཉི་ཤུའི་  
རིང་འདི་ལོའི་དབྱིད་ཆོས་གནང་ཞིང་། སྐབས་དེར་སྤྱང་གཞི་ཡང་བཞེས་པས་ཞབས་ཁུ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་གནས་སྐབས་དལ་གསོ་མཛད་རྒྱའི་གསོལ་འདེབས་ཡང་ཡང་ཁུས་རུང་ཞལ་  
བཞེས་ནས་ཡང་མ་གནང་བར་སུ་མཐུད་ནས་གསུང་ཆོས་གནང་སྟེ་མཐར་མཇུག་བསྐྱེད་ཆོ་  
གའི་མཆའས་སུ་གཟིམ་ཤག་ནས་ཆོག་ཆེན་བར་གཞོགས་འདེགས་ཀྱིས་གདན་ཁུ་བྱ་  
དགོས་པ་བྱུང་། མི་གངས་ཁྲི་ཕྲག་བཀལ་བའི་ཆོག་དབུས་སུ་མི་རྟག་པ་ལས་བཙུགས་ཏེ་  
འཁོར་བའི་ཕྱན་ཆོག་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་ཚུལ་དང་སྐྱ་ཆོ་ཡུན་རིང་མི་བཞུགས་པའི་བཅར། ད་  
ནི་རང་ལོ་དོན་བཙུ་དོན་ལྡན་ལ་སོན་ཞིང་ལུས་ལ་ནད་གཞི་ཡང་ཁྱེ་བས་ཡུན་རིང་མི་སྤྱོད་པར་  
ངས་ཞེས་སོགས་གསུངས་པས། དད་ལྡན་སློབ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་རིམ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབས་  
ཤིང་། འདུས་སྤྱི་ནས་ཀྱང་བརྟན་བཞུགས་སུལ་བ་དང་ཞབས་རིམ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབ། འོན་ཀྱང་སྐྱ་  
དངོས་ཀྱི་འདུལ་བྱ་རྫོགས་པས་དེ་ཙམ་པན་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྗེས་མི་དམངས་སྤྱན་ཁང་དུ་གདན་  
ཁུ་བས་ནས་སྤྱན་བཙུགས་ཁུས་སྐབས་དེར་སྤྱན་པ་གྲགས་ཅན་མང་དག་གིས་གསལ་འདེབས་  
དོན་ཆེན་གསུམ་ཁུས་པ་ནི། དང་པོ། དགོང་བཅད་མཛད་ན་མི་འགྲིག་པ་དང་། གཉིས་པ།  
གསོལ་དཀྱུ་མ་བཞེས་པར་མི་ལོ་ལྔ་ཅུ་ཙམ་སོང་བས་གསོལ་དཀྱུ་མ་ངས་པར་བཞེས་དགོས་  
པ་དང་། གསུམ་པ། ཆོས་འཆད་ཉན་གནང་རྒྱའི་དུས་ཆོད་ཏ་ཅང་རིང་དཀས་པས། ད་ནས་  
གསུང་ཆོས་གནང་མི་དགོས་པའམ་གནང་རུང་རྒྱ་ཆོད་བྱེད་ཙམ་ལས་གནང་མི་རུང་ཞེས་

གསོལ་བར་སྒྲན་ཁང་དུ་དུས་པར་བསྟེན་ནས་དགོང་བཅད་མི་གནང་བ་ཞལ་གྱི་བཞེས་པ་ལས་  
 གཞན་གཉིས་ཞལ་བཞེས་ཡི་ནས་མ་མཛད། དེ་ནས་པན་འབྲས་གང་ལེགས་བྱུང་བའི་ཚུལ་  
 བཟུང་སྟེ་དགོན་པར་དགྲེས་བཞིན་ཕྱིར་ཕེབས་གནང་ནས་སྤྲུགས་བག་ཕེབས་པོས་སྟོ་ཞུགས་  
 མཛད། རྣམ་ཀུན་ནས་གསུང་དོན། རོས་ལ་སྒྲ་བྲང་དང་བྲུག་མཛོད་གཉེར་བ་ཟེར་བ་མིང་ཡང་  
 མི་དགོས། སྟོན་ཆད་ཀྱང་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་དང་། ཟས་གོས་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་  
 པ་བྱས་ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན་དེ་གའི་ཐུར་མི་ཆེ་འཁྲོལ་བ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སྒྲ་ན་  
 མེད་པའི་གདམས་པ་ཞིག་གོ། རིག་གནས་གསར་མེད་སྐབས་ལ་ཡང་ལོ་གསར་ནས་དབྱ་  
 བཅུགས་ཏེ་བོད་ཆོས་བཙེ་བྱ་མ་ཡོལ་བར་སྐྱུ་མཆམས་འཆར་ཅན་ཡིན་རུང་། ༡༩༩༧ ལོ་འདྲིར་  
 སྐྱུ་སྐྱུང་སྐབས་སྐྱུ་མཆམས་ལ་བཞུགས་མ་སྐབ་པར་སྤྲུགས་མཉམ་བཞག་གི་ཐོལ་དུ་བཞུགས་  
 པས་བཀྲ་མ་ཤིས་པ་ཆེན་པོ་ཡོང་རྒྱའི་མཛོན་ཉགས་སུ་གསལ། དེ་ནས་ལྷ་ས་ནས་སྒྲན་པ་  
 མཁས་པ་མང་དག་གདན་པར་ནས་སྒྲན་བཙེས་ཞུས་པ་དང་། འབྲས་སྐྱུངས་དགོན་དུ་འདྲེས་བཞག་  
 འགྱུར་དག་ཐོན་དང་། ལེགས་བཞུད་སྟོང་པོ་སྟོང་ཆར་སོགས་ཞབས་བརྟན་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབས་  
 ཀྱང་པན་འབྲས་ཇི་བཞིན་མ་ཐོན། མཐར་ཞབས་འབྲིང་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་འདེབས་དང་རྒྱ་  
 རིན་པོ་ཆེ་གང་གིས་བརྟགས་པ་མཛད་དེ་ཁྱིན་ཏུར་སྒྲན་བཙེས་ལ་གདན་ཞུ་བྱས། ཆོགས་  
 དབྱར་ཕེབས་སྟེ་དགོངས་ཞུའི་ཚུལ་གྱིས། གསུང་དོན། ཐན་རང་རྒྱ་ནག་ལ་སྒྲན་བཙེས་སུ་འགྲོ་  
 རྒྱུ་གཏན་འཁལ་ཟིན་པ་ནི་བག་གཡེང་སྦྱིད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་མ་ཡིན་ཞིང་བརྟག་ཞུ་བྱས་པ་  
 ལྟར་འགྲོ་རྒྱུ་ཕེབས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་འོན་ཏེ་བཟང་ངན་ཇི་ཡིན་ནི་སོམ་ཉིའི་གནས་སུ་གྱུར་ཅས་  
 དང་། བཀའ་སྟོབས་ཀྱི་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱལ་བ་ནི། དགེ་འདུན་རྣམས་སྤྲུགས་མཐུན་ཁྱིམས་  
 གཙང་གནང་རྒྱ་གཞིར་བྱས་ད་བར་མང་དུ་ཞུས་ཟིན་པ་རྣམས་ལག་ལེན་ལ་འཁྲོལ་བ་མཛད་  
 དགོས། ཞེས་སོགས་ཞལ་གདམས་གནང་ནས་ཁྱིན་ཏུར་ཕེབས། ཁྱིན་ཏུར་རྒྱ་བོད་མི་རིགས་མང་

དག་ལ་ཉིན་གསུམ་རིང་མཇལ་ཁ་གནང་། སྐབས་དེར་མེ་ཅིང་དང་། ཁུན་མིང་། གང་ཉིད་གི་  
རང་དགོན་རྒྱལ་ཐང་དགོན་གི་སྐྱ་ཆབ་ཆེད་བཅར་གྱིས་གདན་ཁྱེན་ཆེར་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོས་  
བརྒྱད་གི་ཡོ་ལངས་ལ་ཐུགས་ཡིད་མ་གཏད་པར་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཐོས་བསམ་  
སྒོམ་སུམ་ལ་གཡེང་བ་མེད་པར་བཞུགས། བོད་ཆོ་བཞི་པའི་ཆོས་གསུམ་ཉིན་དགོན་དུ་ཕེབས་  
གཏན་འཁེལ་བས་སེར་སྤྲེངས་སོགས་རྒྱས་སྒྲོས་གང་ཡང་མི་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་གནང་།  
དགོན་ནང་སེར་སྤྲེངས་སྤྱིག་པར་དབྱེས་ཚུལ་ཅི་ཡང་མ་གནང་། ཉིན་ཤས་སྐྱ་ངལ་གསོས་ཏེ་  
གཟིམ་ཤག་དུ་བཞུགས། དེ་ནས་དགོན་པའི་འདུས་ཆོག་སུ་མཆོད་པ་དང་། གསོལ་ཇ། དགོ་  
འདུན་རེར་སྐྱ་འབྲེད་སྒོར་ལྔ་བརྒྱ་རེ་འབྲལ་གནང་མཛད། སྐྱ་ཆས་ཡོངས་རྫོགས་ཕྱིར་གཏོང་  
མཛད་རྒྱ་གཙོ་བབྱང་གནང་ཏེ་འདུས་མང་ལ་བསྟེན་བཀུར་སོགས་ཞིང་དུ་གཤེགས་རྒྱུའི་བརྒྱ་  
དངོས་སུ་མཛད། ལོ་དེར་ལྷ་ས་བ་རྒྱལ་གི་མཐོང་སྒྲུང་ལ་འབྲས་སྤྲེངས་དགོན་གི་ནམ་མཁའི་  
དབྱིངས་སུ་སྐར་མ་དུ་བ་མཇུག་རིང་ཤར་བ་དང་། ཡང་མཁའ་དབྱིངས་སུ་མ་བྱའི་མདངས་ལྟར་  
བཀ་བའི་འཇའ་སྤྱོད་ལ་མཆོད་ཅན་ཞིག་ཐོར་ནས་འབྲས་སྤྲེངས་ཕྱོགས་སུ་རྒྱག་པ་དང་། ལྷག་  
པས་གད་མོ་བཞོད་པ་དང་། སྤྱིན་བྱ་སྒྲོགས་པ། རྡོ་ལྷ་རྒྱན་མཆོད་གི་འགམ་ནས་བྲི་ཞིག་གིས་  
ཁ་ཚུར་ཕྱོགས་ནས་དགྲུང་རེ་བཞིན་དུ་བ་སོགས་བཀ་མི་ཤིས་པའི་ལྷས་ངན་སྒྲ་ཆོག་སྤྲུང་།  
དེ་ནས་སྤྲུང་གཞི་རེ་སྤྲུག་སོང་ནས་སྤྲོད་ཁང་ལ་གདན་འདྲེན་ཁྱེད་ཀྱི་ཀྱང་པན་འབྲས་མ་བྱུང་ནས་  
སྐྱ་མདུན་ལ་འཁོད་པ་གཉིས་ལ་གསུང་དོན་དེ་ནི་ཁྱོད་ཆོ་སྒོ་པམ་ཡེ་ནས་བྱ་མི་དགོས་ང་ལོ་  
ཤས་བསྐྱད་ནས་སངས་རྒྱས་གི་བསྟན་པ་ལ་སྤྲོད་པའི་འཆད་ཉན་འབྲེད་རྒྱ་བྱུང་ན་ལོ་ཤས་  
ལྷ་ཅི་ཉིན་ཤས་བསྐྱད་རུང་ལེགས་ཏེ། དེ་ནི་ལུས་ལ་ན་ཆ་ལྷེ་ཞིང་ལོ་ཡང་མཐོ་བས་དེ་འབྲེད་  
རྒྱ་དཀའ་བར་འདུག་པས་དེ་ནི་ནམ་ཤི་ཡང་མི་འཁྲོད། ཅས་ཐུགས་ཐག་གཅིང་བཅད་མཛད་  
ནས་བོད་ཆོ་བཞི་པའི་ཆོས་ཉི་ཤུ་གཅིག་རེ་བཟའ་ལྷག་པའི་ཞོགས་པ་རྩ་ཆོད་དུག་དང་བྱེད་ཀ་

ཡོལ་ཙམ་ལ་བྱུགས་དམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་རང་ནས་བྱུག་བར་མཛད་དེ་ཆོས་གོས་  
 ལྷམ་སྒྱུར་དང་རྫོང་བྱིལ་འབྲེལ་དགོས་པའི་བར་མཛད། དེ་འབྲེལ་སྐྱེ་ཆོས་དང་རྫོང་བྱིལ་བྱུག་ཏུ་  
 བཞེས་ནས་ལན་འགའ་དགོལ་གནང་མཛད་དེ་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་བསྟན་ལ་  
 ཉེ་བའི་ཆེ་འབྲེལ་མར་འབྲས་སྤྲངས་དགོན་ཏུ་གདན་འདྲེན་ཞུས། ཉིན་དེར་ཆུ་ཆོད་བརྒྱད་དང་  
 ཟླ་དེ་ཡོལ་ཙམ་ལ་གཟུགས་སྐྱེའི་བཀོད་པ་བསྟུས་ཉེ་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་  
 བསྟན། ཉིན་བཙེ་ལྗེའི་རིང་བྱུགས་དམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ་སྐྱེའི་ཞལ་མདངས་ཀྱང་མ་  
 ཉམས་པར་རྒྱན་ལྷན་ལྟར་བཞུགས། བོད་ཆེ་ལྗེ་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ཉིན་གཤུང་འབྲས་གསོལ་རྗེས་  
 ཉིན་བྱུག་རིང་དད་ལྷན་མང་ཆོགས་གཤུང་མཛལ་བཏང་། བོད་ཆོས་བཙེ་ལྗེའི་ཉིན་སྐྱེ་གཤུང་རིན་  
 བོ་ཆེ་འབྲས་སྤྲངས་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཞུགས་འབྲེལ་ཞུས། བདུན་སྟག་ཁ་ཤས་རིང་མཆོད་འབྲེལ་  
 རྒྱས་པར་བྱས། ཟླ་རིན་པོ་གང་གི་སྟོབ་མ་ནམས་དང་དད་ལྷན་མང་ཆོགས་རང་རང་གི་  
 འཁོས་བསྟན་ཐ་ན་ལུས་རྒྱན་ཡང་དད་པ་བྲག་པོས་བྱུལ་བ་སོགས་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་  
 རྒྱང་བས་རྒྱུན་དང་། ཞབས་འབྲིང་སྟོབ་མ་ནམས་ཀྱི་ལྷག་བསམ་གཡོ་བ་མེད་པའི་མཐུ་ལས།  
 འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་ཏུ་གཤུང་བཞེན་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་དཔུལ་ལས་བྱུང་བ་མཐོ་ཆད་སྤྱི་ཁྱི་  
 གསུམ་དང་བཅུ་བྲུང་གཉིས་ཙམ་ཡོད་པ་གཟི་དང་སུ་ཉིག་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་མང་གིས་སྤས་  
 རྒྱན་པ་མཛེས་ཤིང་ལྷ་ན་སྤྱུག་པ། ཉང་ཏུ་མགོན་པོ་གང་གི་བྱུགས་ལྷགས་སྤྱན་གསུམ་སྐྱེ་ཏུས་  
 སྐྱེ་བལ་ཀྱི་རིང་བསྐལ་སོགས་དང་། དབུ་ཞུ་སོགས་སྐྱེའི་ཉེར་སྤྱད་བཅུ་བྲུག་ རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་  
 ལྷན་ཨ་ཉི་ཤའི་སྐྱེ་ཏུས་ཆལ་བུ་དང་། འཕོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ཀྱི་དབུ་ཐོད་ཆལ་བུ།  
 རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་དབུ་ཐོད་ཆལ་བུ། སྟོན་པ་སྤུང་པའི་དབང་པོའི་སྐྱེ་ཞུ་གང་ཙམ། རིན་ཆེན་དང་པོ་  
 གཉིས་ལས་བྱུང་པའི་བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་། ལི་མའི་བཀའ་གདམ་ཆོས་བཞེན་སོགས་སྤྱི་ན་  
 དགོན་པའི་བྱིན་ཉེན་དང་རིང་བསྐལ་གཟུངས་སྤྲངས་ཐབ་མོ་སོགས་ཆོག་ལྟར་སྤྱུགས་མེད་

ཕུལ་བ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་གཟི་འོད་འབར་བ་ཞིག་དཔལ་ལྷན་འབྲས་དཀར་སྤངས་པའི་ཆོས་ལྟེ་  
ཆེན་པོར་བཞུགས་པ་དང་། མགོན་པོ་གང་གི་སྐྱེ་ཆབ་ལྟ་བུར་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་  
དུ་སྐྱེགས་བམ་པོད་དུག་ལྷག་ཙམ་བཞུགས་པ་ཁོ་བོས་པོད་ཆེན་བཞི་ལ་བསྐྱས་པ་འདི་དག་  
ལགས་སོ། འདྲོར་ན་རང་རྣམ་དུ་གསལ་བ་ལྟར། སྐྱེ་གཞོན་ཅུའི་དུས་ནས་ཐོས་བསམ་རིམ་ལྡར་  
མཛད་པ་དང་། ཐོས་དོན་བསྐྱབ་ལ་གཞོལ་བ། བཅས་རང་གི་ཉེས་ལྷུང་སྤོ་མོ་ཡང་བག་ཐོན་ཤིན་  
དུ་ཆེ་བ་མཛད་དེ་སྒོ་གསུམ་ཀྱི་མཛད་པ་ཆོས་དང་མཐུན་པ། འཆོ་བ་ངན་དོན་ཙམ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་དང་། འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་གྱིས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་འཛིན་  
ཅིང་སྤེལ་བར་མཛད་པ་སོགས་ངས་དོན་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ནི་རང་  
ཅག་གངས་ཅན་ཞིང་དུ་བཀའ་བློན་ཤིན་དུ་ཆེ་བ་ཀྱན་གྱི་མཐུན་སྦྲང་དུ་གྱུབ་པ་ལགས་པས།  
སྟོན་སྟོན་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར། རྩེ་ལ་འཇུག་འདུལ་བྱའི་ཉམས་ལེན། ཞེས་གསུང་བ་ལྟར། རང་རེ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཡུལ་དུས་སོགས་ལ་ལེ་ལན་མི་གདའ་བར་སྒྲ་མའི་རྣམ་ཐར་འདི་དག་ཡིད་ཡུལ་དུ་  
བྱས་ཏེ་ཡིག་ཐོག་དང་ཁ་ཐོག་དུ་མ་ལུས་བར་རྒྱད་ཐོག་དུ་འཁེལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ནི་རྣམ་ཐར་  
ཀྱི་ཉིང་དགོས་ལགས་སོ་ཞེས་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱ་བ་དང་བཅས་མགོན་པོ་གང་གི་  
གསུང་དང་ཞབས་འབྲིང་བ་རྣམས་ཀྱི་བཀོད་པ་ལས་བདུས་ཏེ་བསྐྱིགས་པ་ལགས་སོས། མི་  
ཤེས་སྒྲིངས་པའི་དབང་ལས་ལྷག་ཆད་མོར་གསུམ་གྱི་ཉེས་པ་མཆིས་ན་བྱུར་གནས་མཐུན་ལྷན་  
རྣམས་ལ་སྤྱིང་ནས་བཟོད་གསོལ་བྱ་རྒྱ་དང་། འདི་གིས་དགོ་བའི་དངོས་པོ་ཅུང་ཟད་མཆིས་ན།  
གངས་ཅན་འཁྲོ་བའི་མིག་གཅིག་ཡལྟར་བཅས་སྤིད་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་ཡགོང་ས་སྐྱབས་མགོན་  
ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་བད་བརྟན་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །། དགོ་ལེགས་འཕེལ།།



## གསང་རྒྱལ་གསོལ་འདེབས་ལྟེང་རྩ་གསང་ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་བུ། རྒྱལ་བསྐྱེད་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཟེར།། གྲུན་གསལ་  
 སྤྲེག་མོའི་མཐའ་དང་མཉམ་བཞུགས་བའི།། སྤྲོན་མེད་རྩེ་བཅུན་མཁུན་བཅེའི་ཉིན་བྲེད་  
 དབང་།། དང་བའི་ཡིད་མཁར་ལན་གཅིག་མིན་བར་ཅེན།། ཆད་མའི་མདོ་རྒྱད་ཆད་མའི་སྟོབས་  
 གྱིས་འབྲེད།། ཆད་མས་བཅད་དོན་ཆད་མའི་སྒྲིམ་ལ་སྦྱར།། ཆད་མའི་ལམ་གྱིས་ཆད་  
 མའི་གོ་འཕང་བརྟེས།། ཆད་མའི་སྤྲིས་བྲུ་ཆད་མའི་ཁྲ་མར་འདུད།། ཆོས་ཀྱན་གདོད་ནས་  
 མདོན་བར་བྲང་རྒྱབ་བས།། ཆོས་ལ་ཆེ་འདིར་ཆེད་དུ་མ་སྦྱངས་ཀྱང་།། ཆོས་རྒྱལ་མཐམས་  
 ཅད་རང་གི་རང་གིས་མཁུན།། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བྲེད་འབྲེའི་ཁྲ་མ་སུ།། དེ་བྱིར་བྲོད་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཆེ།། བདག་སྒྲོའི་ཕུལ་གྱིས་གཞལ་བར་ཅེ་ལ་སྤྲོད།། འོན་ཏེ་རྒྱ་ཐེགས་  
 ཅམ་ཞིག་རང་གཞན་གྱི།། དད་བའི་གསོས་སུ་བརྗོད་ལ་གནང་བ་སྟོལ།། མགོན་བྲོད་  
 ཞིང་འདིར་ཐོག་མར་བལྟམས་བའི་ཆེ།། འོད་གྱིས་བསྟེ་གནས་མཐའ་དག་འགོངས་བར་  
 མཛད།། དཀར་ཕྱོགས་ལྷ་ལྷུས་སྐྱེ་ཡི་གི་བ་སེལ་དུ།། སྤུལ་བའི་དམ་རྩལ་དབུལ་ལ་གསོལ་བ་  
 འདེབས།། སྤྲོན་གོམས་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སད་བའི་མཐུས།། སྤྲིས་ཅམ་ཉིད་ནས་ཡི་གེ་འབྲི་  
 སྒྲིག་སོགས།། རྒྱལ་དཀར་ཡོན་ཏན་ཕྱོགས་སུ་རང་གིས་གཞོལ།། དམ་བའི་རང་རྟགས་དོམ་ལ་  
 གསོལ་བ་འདེབས།། གོང་མའི་ཆེབས་བ་གཟིགས་བའི་མོད་ཉིད་ལ།། ང་ཡི་ཡིན་ཞེས་བདག་གིར་མཛད་  
 དང་ལྷན།། གང་ནས་གཟིགས་དང་རིན་ཐང་རི་ཅམ་བཅལ།། གྲུན་ཀྱང་གསལ་བར་གསུངས་ལ་  
 གསོལ་བ་འདེབས།། མི་སྤྲོན་སྤྲེ་བོས་རྩ་འབྲུལ་འགྲན་ཏོ་ཞེས།། སྟོབས་གྱིས་བསྐྱེགས་ནས་རང་

དབང་མ་བྱུང་ཆོ། མཁའ་ལ་འཕྱར་ནས་བྱ་ལྟར་མྱིང་ལ་སོགས། ཡ་བྱང་རྩ་འབྲུལ་བསྟན་ལ་  
 གསོལ་བ་འདེབས། སྤྱིག་ཅན་ཞིག་གིས་བདེག་པར་བརྩམས་པའི་ཆོ། སྐྱ་ལས་མེ་དབྱང་སྒྲོལ་  
 རས་ཆོག་པ་སོགས། གཞོན་ཅུའི་དུས་ནས་མངོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་ལ། དབང་བསྐྱར་ཐོགས་པ་  
 མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། འཇུབ་མོ་གཏད་དེ་ཡ་གཤིང་རི་གསེབ་ན། ང་ཡི་སྐྱབ་ཁང་ཡོད་  
 པས་བསྟར་འགྲོ་ཞེས། གཤེགས་ནས་ཕྱིག་པའི་ཤུལ་གཅིག་དངོས་སུ་བསྟན། ཆེ་རབས་བརྒྱ་  
 སྟོང་དཔལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཆ་ལུང་ཞེས་བྱའི་ནང་དེར་གོས་གདན་ཞིག །གཟིགས་པའི་  
 རྒྱུན་གྱིས་ལྷ་པའི་ཐུགས་སྤྲོས་ཆོ། འཕྱོང་རྒྱས་དཔོན་སྒྲོལ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི། སྐྱ་ཡི་སྐྱེ་  
 བར་དཔལ་གསོལ་བ་འདེབས། གཞན་ཡང་མཁས་གྲུབ་དེ་ཡི་སྐྱར་བཞེངས་ནས། རྒྱལ་ཐང་  
 དགོན་ཆེན་རི་ལྟར་འདེབས་ལ་སོགས། སྐྱ་ཆེ་དེ་ཡི་མཛད་པ་པལ་མོ་ཆོ། གསལ་བར་དཔལ་  
 ཞེས་གསུངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བཅུ་དྲུག་ལོན་ཆེ་དབུས་སུ་ཆིབས་བསྐྱར་ནས། ཡར་  
 ཞོར་དགའ་ལྷན་དགོན་ཆེན་མཛལ་བྱིར་སྟགས། ཐེབས་གྲོགས་དག་ལ་རང་བྱོན་སྐྱབ་གནས་  
 སོགས། རོ་སྒྲོད་གསལ་བར་མཛད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཐུབ་བདག་བདེ་ཆེན་སྙིང་པོས་  
 གཙོར་བྱས་པའི། ཆད་ལྷན་བཤེས་གཉེན་དུ་མའི་ཞབས་ལ་གཏུགས། དབང་ལུང་མན་དག་  
 ཐུགས་བཅུད་བདུད་ཅིའི་རྒྱན། ལུས་པ་གང་བྱོར་གསན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ལྷ་མས་དེ་  
 རིང་ཉིན་པར་གང་གསུངས་པ། དོ་བྱུབ་བསྟོམས་ནས་སྤྱོད་བ་ཐོན་ངེས་བྱས། ཟུར་དུ་ཁོ་ལོས་  
 བསྟོམ་མ་སྤྱོད་ཞེས་གསུངས། རོ་མཆར་རྒྱད་དུ་བྱུང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ལུང་རྟོགས་ཡོན་  
 ཉན་དག་ལ་མངའ་བརྟེན་གྱང་། རང་འོག་འགྲོ་བ་རྒྱ་ལས་མ་མཆིས་པའི། དམན་ས་བཟུང་  
 རས་ཀྱན་ལ་གྲུས་པར་མཛད། ཞི་དུལ་ལུལ་དུ་བྱུང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བཤེས་གཉེན་དམ་  
 པ་རང་གི་སྟོག་བཞིན་དུ། བསམ་སྦྱོར་གཉིས་གྱིས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལ། གཞོན་ཅུ་ལོར་  
 བཟང་ལས་གྱང་སྟག་ཅམ་ཞིག །མངའ་བར་མཐུན་སྐྱང་གྲུབ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། གྲུ་སར་

བཞུགས་ནས་རེ་ཞིག་ཐོས་བསམ་ལ། འབད་ན་འཐད་ཅེས་མི་འགས་ཞུས་པའི་ཆེ། མི་དགོས་  
 ང་ནི་སྤངས་པ་སྡོན་སོང་ཡིན། བྱེད་ཅག་རེས་ཞིག་གསུངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཆོས་  
 ལྷན་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་། ལན་གངས་ལྷ་བརྒྱུ་བྱས་པ་བདག་བློ་ཏེ། དེ་  
 བས་ད་ནི་སྤྱར་དུ་བྱིར་ཆས་ནས། འགྲོ་དོན་བྱའོ་གསུངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། གྲུབ་པའི་  
 དབང་ཕྱག་ཏེ་ཉོར་བཀའ་འགྱུར་བས། འཇམ་དབྱངས་སྤྱགས་ཀྱི་རྣམ་ཐོལ་ལགས་པར་  
 གསུངས། ཚུལ་དེར་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཞལ་གྱིས་འཆེས། མཁུན་གཏེར་སོམ་ཉི་མེད་ལ་  
 གསོལ་བ་འདེབས། གཡས་རུ་གཏེར་མའི་ལུང་ལ་ཉེར་བརྟེན་ནས། མཆོ་སྤྱིས་འཕྲིན་ལས་  
 སྤྱལ་པར་གཞན་དུ་སྒྲིང་། མན་ད་ར་དང་ངོ་ཐོ་གཉིས་མེད་པར། ལེགས་པར་ཞལ་གྱིས་  
 བཞེས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། མི་འགས་བཞེད་པ་ལམ་དུ་མི་གཏོང་ཆེ། སྤྱི་ཡི་བཀོད་པ་ཡུད་  
 ཀྱིས་བསྐྱབ་བར་ཅོམ། འགྲོད་ཆངས་བྱས་པའི་མོད་ལ་དངས་ཚུལ་བསྟན། སྤྱི་འཆི་དབང་དུ་  
 འདུལ་གསོལ་བ་འདེབས། སྡོན་ཆེན་བའི་ལས་སྤྱིབ་དག་འབྲུ་ཉེ། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་བཀའ་  
 སྤྱིགས་གང་ལའང་། བལྟས་ན་འདི་གོ་མི་ཤེས་སྟམ་པ་ཞིག །གཅིག་ཀྱང་མི་གང་འགསུངས་  
 ལ་གསོལ་བ་འདེབས། རང་གིས་བལྟར་མི་སོད་པས་མ་གཏོགས་པར། བལྟ་བུའི་སྤྱིགས་  
 བས་རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཚུར། རང་ཞལ་བྱེད་ཅམ་བྱེ་ནས་བཞུགས་འབྲུ་བའི། ཉམས་ཤིག་  
 འདུག་ཅེས་གསུངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཡི་གེ་འབྲི་བ་པོ་ལ་མ་ཐོགས་ཆེ། བབྱང་བྱ་  
 གཅིག་དུའང་བསྟན་བཅོས་སོད་བརྒྱ་ཅམ། སྤེལ་ལ་དཀའ་ཆོགས་མེད་ཅེས་འཛིགས་མེད་  
 དབྱངས། གད་རྒྱང་མཐོན་སོར་སྤྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བྱེད་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ཉན་  
 པས་རྫོ་ཐོགས་ཆེ། ཁོ་བོར་བཤད་པས་རྫོགས་མཐའ་མེད་དོ་ཞེས། ལོངས་སྤྱོད་འཁོར་ལོའི་  
 ཅ་མདུད་ཡོངས་སྟོལ་བར། དོན་གྱི་གོ་བར་མཛད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བོད་དུ་འགྱུར་རོ་  
 ཅོག་གི་རྒྱལ་བའི་བཀའ། ངས་ཀྱང་འཆད་པར་བྱས་ཞེས་ཞལ་གྱིས་འཆེས། དེ་ལྟར་ཡོངས་

རྩོགས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ། མི་འཛིགས་སྟོབས་པ་བརྟེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། འདུས་  
པའི་མངོན་རྟོགས་ལན་གསུམ་མཐར་ཆགས་སུ། བསྐྱགས་པ་ཅན་གྱིས་ཐགས་ཐོགས་མ་  
མཆིས་པར། ཤིན་ཏུ་བྱང་བར་ཐུགས་སུ་ཆུད་པ་སོགས། འཛིན་རིག་དཔེ་རྒྱ་མེད་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས། གནས་ལྷ་རིགས་རྩལ་ལེགས་པར་ཐུགས་ཆུད་ནས། འཆད་ཅོད་ཅོམ་ལ་  
ཐོགས་པ་མ་མཆིས་ཀྱང་། མི་ཤེས་སྐད་དུ་རང་ཉིད་དམའ་ཐབ་ནས། གཞན་དག་མཆོག་  
ཏུ་བཀྱར་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། རིས་མེད་ཆོས་རྩལ་སྤྱི་བ་མེད་སྟུན་གྱིས་གཟིགས། རྟོག་  
མེད་དག་སྤང་སྟོགས་མེད་ཡོངས་ལ་འགྱུངས། དམིགས་མེད་ཐུགས་རྩེས་གངས་མེད་འགྲོ་བ་  
སྟོབ། རྒྱབས་མེད་འགྲོ་བའི་རྒྱབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མི་མེད་རྩལ་  
བཟུང་བའི། རྒྱ་མོ་ཞིག་གིས་བྱ་རུའི་སྒོར་བ་བྱལ། བཞེས་སུ་མི་འཇུག་འཆལ་བ་ཞིག་གིས་  
བཀག། རྩལ་དེར་ཐུགས་འགྱུར་མཛད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བཀའ་བྱུང་ཆེན་པོ་མཁས་གྲུབ་  
རྒྱ་མཆོ་ལ། ཏུ་རེད་མན་དག་སྐྱེས་སུ་ལེགས་བྱལ་ནས། ཆོས་ཉིད་ཐིག་ལེ་གཟིགས་སུ་འཇུག་  
པ་སོགས། གཞན་གྱི་སྟོ་སྟུན་སེལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བནལ་ལམ་ངང་ནས་གྲུབ་དབང་  
གསེར་ཁང་པར། ཏུ་མཆོག་རོལ་པའི་དབང་ཆེན་རྩོགས་པར་གསན། སད་ཀྱང་ཐུག་ལེན་ལྷ་  
མོ་རྩོན་ཆད་ཀྱན། མི་མཉེལ་བཟ་ལམ་བཞུགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། འོག་མིན་ཀ་མ་རྩ་དང་  
མི་གཉིས་པའི། གནས་མཆོག་ཀློ་པོ་གངས་ཀྱི་རྩ་བ་དེར། ཅེ་གཅིག་སྐྱབ་པ་སྟོང་པོར་མཛད་  
པའི་ཆོ། དག་སྤང་འབྲུམས་སུ་སྐྱས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། གཙུག་ལག་ཁང་དང་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་  
བརྟན་སོགས། འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཆོ། དགོས་པའི་ཡོ་བྱད་ས་ལི་སྐྱམ་  
ལ་སོགས། དངོས་སུ་སྐྱལ་པར་མཛད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་འཕགས་མཆོག་  
སྐྱ་སྐྱབ་ཞབས། ཉམས་སྤང་ཅན་མིན་མངོན་སུམ་མདུན་ཁྱོན་ནས། རིག་སྟོང་ནམ་མཁའ་ལྟ་  
བུའི་སྟོང་ཞེས་སོགས། ཐབ་དོན་དངོས་སུ་སྐྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཐུབ་པའི་དབང་ཐུག་

མཆོ་སྐྱེས་རྡོ་རྗེས་ཀྱང་། སྐྱེ་འཆི་གཉིས་སྤངས་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་ལ། རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཅི་  
གཅིག་གསོལ་བ་ཐོབ། ཅེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ལྷག་ན་བརྗོད་ལྡེ་  
བ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། ཞལ་གཟིགས་གསུང་གིས་གདམས་བ་སྦྱལ་ལ་སོགས། རྒྱ་བོད་མཁས་  
བླུ་དུ་མའི་གཟིགས་སྤང་དང་། ནམ་ཡང་འབྲལ་བ་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཡེ་ཤེས་ཏ་  
གི་ཆོགས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ། ཉིད་ཀྱི་བརྟེན་གནས་བདེ་ཆེན་པོ་བྱང་ལ། བསྐྱོར་བཞིན་རྡོ་  
རྗེའི་སྐུ་གར་མཛད་པར་གཟིགས། མཁའ་འགྲོ་དབང་དུ་འདུལ་གསོལ་བ་འདེབས། གཞན་  
ཡང་ཡེ་ཤེས་ཏ་གི་དེ་དག་གིས། གསང་མཆོན་མཁའ་འགྲོ་དགའ་བའི་ལང་ཆོ་ཞེས། གསོལ་  
ནས་དགའ་བའི་གར་གྱིས་མཉེས་པར་བྱེད། དེག་པའི་གཏུལ་ཞུགས་བླུ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། ཡས་བབ་མས་བརྟན་དགའ་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། མི་བྱེད་གོམས་བ་སྒྲོང་དུ་གྱུར་  
བའི་མཐུས། ཡུད་ཅམ་རེར་ཡང་བཞིན་རས་དཀར་ལ་དམར། འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་འགྱུར་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། འཁོར་གྱི་དབྱས་སུ་ལམ་རིམ་འཆད་བཞིན་པར། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་  
སྒྲ་མ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ། ཡབ་ཡུམ་དགྲེས་པའི་གར་སྟབ་མིང་རེ་བ། ཡུན་རིང་མངོན་སུམ་  
གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། སྒྲ་མ་ཡབ་ཡུམ་རིམ་བཞིན་སྟོད་སྦྲད་ནས། འོད་དུ་ཞུ་སྟེ་  
ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་ཡིག་གཟུགས། དེ་ཉིད་རིམ་གྱིས་རེ་སྤང་སོང་བ་ལས། ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་  
ཟེམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ལོ་གསུམ་སྟོགས་གསུམ་ལྟ་ཅི་ངས་གཞིགས་ན། སྒྲ་གསུམ་  
ཅམ་ལའང་པལ་ཆེར་འདྲའོ་ཞེས། ཟུང་འཇུག་བླུ་ཏུ་ཉེ་བའི་གསུང་སྒྲོ་པོ་བ། ཆེ་འདིར་  
རྫོགས་སངས་རྒྱས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། སྒྲོམ་གསུམ་བཅས་མཆོམས་མིག་གི་འབྲས་བུ་  
ལྟར། གཅེས་པར་བསྐྱུང་ཤིང་མདོ་སྟགས་ཡོངས་རྫོགས་ལ། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་ཉམས་  
ལེན་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། འགྲོ་བའི་འདེན་བ་བཀྱིད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་མགོན་པོ་  
ཁྱེད་ཉིད་དང་། སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་འབྲལ་བ་མ་མཆིས་པར། བཀའ་བཞིན་སྐུ་པའི་མཆོད་

བས་མཉེས་བྱས་ནས། སྤྲོ་གི་ཐུ་བོར་འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། མདོར་ན་སྒོ་གསུམ་  
གྲུས་བས་གསོལ་འདེབས་ན། སྐྱ་གསུང་བྱགས་གི་བྱིན་ཆབས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན། ལུས་དག་  
ཡིད་གི་གསོས་སུ་ལྷུང་ཕོགས་ནས། བ་རྗེས་བྱ་ཡིས་བེན་བར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། དེ་ལྟར་  
བདག་སྒོ་ཆོས་སུ་འགོ་བ་དང་། ཅི་བྱེད་ཆོས་ཀྱང་རི་བཞིན་ལམ་དུ་འགོ། ལམ་ལ་བར་ཆད་  
ཅུང་ཟད་མི་འབྱུང་བར། ཆེ་ལྷག་ཆོས་གིས་དོན་ལྷན་བྱེད་བར་ཤོག ། ཅེས་གསང་བའི་རྣམ་  
ཐར་ལས་བརྩམས་པའི་གསོལ་འདེབས་ལྟའི་རྩ་བས་ངས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དག་དབང་ཕྱན་  
ཆོག་པས་སྤྱར་བའོ། བཏུལ་གིས།

## ལྷ་མའི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་སྤྱུ་ལོང་གཡོས་པའི་ཡིད་གི་བསེར་བྱ་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

ན་མོ་གྲུ་བྱ་མཆོ་རྩོ་ཡ། རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་གསང་གསུམ་འོར་བུའི་ཁམས། གང་འདུམ་  
གཟུགས་གི་བཀོད་པས་རྣམ་རྟོག་བ། རིན་ཅན་ལྷ་མའི་ཞབས་སྦྱེས་སྤྱུ་ལོང་རྒྱལ། བྱང་ཆེན་  
ཐོབ་ཀྱང་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བསྟེན།

འདིར་བདག་ཅག་གི་དབལ་ལྷན་ལྷ་མ་དམ་པ་མཆོན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དོན་གི་  
སྤྱད་དུ་མཆོན་ནས་སྒོས་ཏེ་བྱུང་བདག་ཨ་བུ་རྗེ་རྗེ་འཆང་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ཀྱན་མཁྱེན་  
དཔལ་བཟང་པོའི་མཛད་པ་རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བྱ་ལས་རྒྱ་ཐིགས་ཅམ་ཞིག་དད་པའི་གསོས་  
སུ་བྱི་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་གང་དུ་སྤྱུ་འབྱུངས་པའི་ཡུལ་ནི་ཐོད་ཤར་  
ཐོགས་མདོ་ཁམས་སྤང་བྱུག་གི་ནང་ཆོན་སྒོམ་འབོར་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་ཆར་གཏོགས་པའི་ཆེར་  
ཐང་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ཡིན་ལ་དེར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ཐོད་རབ་བྱུང་བཙུ་བ་ཤིང་ཡོས་ལོར་ངོ་



མཆར་བའི་ལྷ་ས་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་ཡིན་ནོ།

དེའི་ཚུལ་ཡང་རྒྱལ་གཅིག་མཆན་བྱེད་ཅན་གྱི་མ་ཤར་བ་ལྷ་སའི་འོད་  
 ཆེན་པོ་ཞིག་ལྷང་གིས་བྱུང་བས་ཡབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་མིག་འབྱུངས་པ་ཡིན་ནས་སྐྱེས་ཏེ་བྱུག་  
 བརྒྱུདས་པ་ན་གྲིབ་མའང་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དོད་པ་ཞིག་བྱུང་བས། དུམ་ལ་སྐྱེས་བཞུགས་ཏེ་  
 ཡོད་པས་དེའི་སྐྱེས་ལྷ་ས་འབྲུང་ཡིན་པ་སྲིད་སྐྱེས་ཏེ་དུམ་ལོད་ན་གཅིག་ཡོད་པ་ལས་བསྐྱུངས་ཏེ་  
 ཁང་ཐོག་གཙང་ས་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུངས་པ་ལས་དེའི་རྒྱལ་ཅན་ལ་བདེ་བར་སྐྱེ་བཞུགས་  
 སོ།། དེའི་བྱི་ཉིན་སྐྱེས་བསྐྱུལ་བ་དང་གང་ནས་བྱུང་གི་ཆ་མེད་པར་དམ་ཇུས་ཤོག་ཆག་ངོ་  
 མཆར་བ་ཞིག་གཅིག་ཁང་གི་ཉེ་འཁོར་ཏེ་བྱུང་བས་བཟ་ཤིས་པའི་ཇུས་སུ་བསམས་ནས་ཆ་  
 ཤས་ཤིག་ཞལ་ཏེ་བྱུག། དེ་ནས་ཉིན་ཞག་ལྔ་ཅན་སོང་བ་ན་ཡང་རྒྱལ་གཅིག་གཅིག་ཁང་གི་ནང་  
 ཏུ་འོད་དཀར་པོ་ཞིག་དངོས་སུ་བྱུང་བས་ཡབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་ད་ལྟ་ལྷ་ས་བཞི་མེད་ཅི་ཡིན་ནས་  
 སྐྱེས་ཏེ་ཡར་བཞེངས་ནས་ཁང་པའི་བྱི་རོལ་ཏུ་བཞུར་བྱིན་པས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཏུ་བྱུན་པས་  
 ཞེས་ནས་འདུག་ཟེར་ངོ།། འོ་ན་སྐྱེས་བྱུང་བ་འདི་དག་གང་གི་ལྷ་ས་ཡིན་ནས་སྐྱེས་ན་ཀྱུལ་  
 བའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཐའ་འཁོབ་བྱུན་པའི་སྤྱིང་ཏུ་ཆེས་ཆེར་གསལ་བར་མཛད་པའི་སྐྱེ་  
 ལྷ་ས་ཡིན་པར་གོར་མ་ཆག །སྐྱེ་འབྱུངས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པར་དུམ་སྐྱེ་གཤེགས་པས་སྐྱེ་  
 མོ་ཨ་ཏིག་ལྷ་བའི་བཅུན་མ་ཀན་མོ་ཞིག་བཞུགས་པ་དེས་མ་མའི་ཆབ་བྱས་ནས་ལེགས་པར་  
 བརྒྱུདས་པས་བྱིན་ཆེ་བར་དགོངས་ཏེ་རི་སྲིད་འཆོའི་བར་ཏུ་སྐྱེའི་འབྲིས་སུ་བཞག་ནས་ཆོས་  
 དང་ཟང་ཟེང་གཉིས་ཀའི་སྒོ་ནས་སྦྱོང་བར་མཛད་ངོ།། དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་གཉིས་ཅན་ལ་ཐེབས་  
 པ་ན་ཆ་སྤངས་ཕྱོགས་ནས་ཇག་པ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞག་གཅིག་དེ་ཕྱོགས་སུ་འོངས་ནས་ཇག་  
 དཔོན་དེ་གཅིག་ཁང་ཏུ་གནས་བཅའ་ནས་བསྐྱེད། མི་དེ་ནི་སྐྱེ་གོང་མ་ཨ་བུ་མཁན་བྱུང་རིན་པོ་  
 ཆེའི་སྐྱེ་ཆ་རྩིས་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་འདུག་པས། ལྷ་སྐྱེད་དག་གིས་དེར་འགྲུག་པར་མངོན། ཁོ་

བས་ཞོན་ཏྲ་ཞིག་ཁྱིད་ཡོད་པ་དེའི་འཁྲིས་སུ་ཉིན་ལྟར་ཐེབས་ནས་ཕྱག་གིས་བྱིལ་བྱིལ་མཛད་  
པ་ཁོས་མཛོང་ནས་སྤང་ཕྱག་དེ་པའི་ཏྲ་ལ་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་བསྐྱེགས་པའི་ཟླ་བ་བྱས་  
བས་འདི་ཁྱོད་ཀྱི་ཏྲ་མིན་པའི་ཏྲ་ཡིན་གསུང་། འོ་ན་ཁྱོད་ལ་གང་ནས་བྱུང་བྱིས་བས་ངས་རི་བོ་  
བྱ་རྒྱུ་དུ་གནས་མཛལ་ལ་བསྐྱོད་སྐབས་ལུང་པ་ག་གོ་མོ་ནས་ཉོས་ཏེ་འཁྲིད་འོངས་པ་ཡིན་  
མོད་གསུངས་པས། དེར་ལ་མཚན་ནས་འོ་ན་རིན་འབབ་རིམ་ཅམ་སྟེང་བྱིས་བས་འདི་ཅམ་སྟེང་  
ཞེས་རིམ་ལྟ་བ་བཞིན་གསུངས་པས་སྐྱུ་གོང་མ་དངོས་སུ་མཛལ་སྟུང་རིམ་ཞིག་མཆི་མས་བརྒྱུངས་  
ནས་སྐྱུ་བ་མི་ཤེས་པར་གྱུར་འདུག །དེ་ནས་སྤང་ཡང་བརྟག་པའི་བྱིར་དུ་སྐྱུ་གོང་མའི་ཕྱག་ཐེང་  
དང་ཐུགས་དམ་ཉིན་སོགས་དངོས་དང་འབྲེལ་མཚུངས་མང་པོ་བསྐྱེགས་ནས་ངོས་འཛིན་དུ་  
འཇུག་པ་ན་འང་གཅིག་ཀྱང་མ་ཞོར་བར་ངོས་ཐེན་པས། དེར་ཇག་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་རང་  
དབང་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་སོ། །དེ་ནས་འཁྱུངས་ཁང་ལ་གཞོད་མ་བསྐྱུལ་བར་རང་སོར་བཞག  
དེ་མིན་གྲོང་པ་ཁྲིམ་མཆས་ཆང་མའི་རྒྱ་དངོས་ཡོད་ཆད་འཕྲོགས་ནས་བསྐྱུས་ཏེ་ཐོན་པར་ཉེ་བ་  
ན་ཇག་དཔོན་དེས་ཁྱིད་གནས་སྐབས་བདེ་བར་བཞུགས་དང་ངས་གང་མཁྱོགས་བསྐྱུར་འོང་  
གི་ཟེར་ནས་རང་ཡུལ་དུ་ཕྱོག་གོ། །དེ་ནས་འཆད་དོན་བཞིན་སྤྱར་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུ་འདོད་ཀྱང་  
ཆ་རྒྱུན་མ་འཛོམས་པའི་དབང་གིས་གདན་འདྲེན་ཞུ་མ་ཐུབ་པར་ལོ་མང་བྱིར་འཁྱུངས་སོང་བ་  
ལ་དེའི་བར་ཡི་གེ་འབྲི་ལྟོག་སོགས་ལ་སྤྱུངས་པས། བྱིས་པ་གཞན་དག་ལྟར་དཀའ་ཆོགས་ཅི་  
ཡང་མི་དགོས་པར་རང་གིས་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་བས། འདི་ནི་པལ་པ་རང་ག་བ་ཞིག་ག་ལ་  
ཡིན་ཞེས་དེ་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་མཐུན་པར་སྤོང་། ཁྲིམ་ཆང་གཞན་དུ་གསོལ་ཇ་སོགས་ཕུལ་  
བ་ན་ཡོན་ཆབ་ཉིང་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཕུལ་ན་བཞེས་ཀྱི། དེ་མིན་དཀར་ཡོལ་སོགས་གང་དུ་ཞུས་  
ཀྱང་གཏན་ནས་མི་བཞེས་པ་དང་། ཕྱག་དཔེ་རིམ་ཞིག་ལའང་གཟེགས་པ་ཅམ་གྱིས་མཐུན་  
ཏེ་འདིའི་དོན་འདིའོ་ཞེས་ལྟགས་བཀའ་མཛད་ཅིང་། ལྟག་པར་མ་ཉི་བཀའ་འབྲུམ་ཞལ་བྱས་ཏེ་

མི་མང་པོ་ལ་ལྷགས་བཤད་ཐོགས་མེད་དུ་མཛད་པ་སོགས་ཏེ་མདོར་ན་སྐྱེའི་འབྲོན་  
 བཞུགས། གསུང་གི་ཐེབས་སྟོ། སྤྱགས་ཀྱི་དགོངས་ཕྱོགས་སོགས་གང་ནས་བརྟམས་ཀྱང་སྦྱེས་  
 བྱ་དམ་པའི་རང་ཏྱགས་ལྷག་པར་གསལ་བ་ཞིག་བཞུགས་པས་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་  
 ཁག་གཞན་དག་ནས་ཀྱང་སོ་སོའི་སྒྲ་མའི་སྦྱེ་སྤྱིད་དུ་ངོས་འཛིན་ཞུ་མིའང་མང་རབས་བྱང་སྤྱང་  
 རོ།། འོན་ཏེ་སྒོམ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་གསང་སྤྱགས་ཉིད་མ་ལ་མཁས་ཤིང་བྱུང་བ་ཉིད་པ་  
 དེས་བྱ་ཚུང་འདི་རི་བོ་དགེ་ལུགས་པའི་བསྟན་པ་ལ་པན་ཐོགས་མཁན་ཞིག་འོང་བར་སྤྱང་བས་  
 ཅིས་ཀྱང་དགེ་ལུགས་སུ་ཚུད་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་ཨ་ཏིག་ལ་བཀའ་ཐེབས་པར་བརྟེན་  
 གཞན་ངོས་འཛིན་ཞུ་མི་སྤྱུ་ལའང་སྟེར་མི་འདུག དགྲུང་ལོ་ལྷ་དྲུག་ཙམ་ནས་སྟོམ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་  
 ཆེ་དང་མི་འཇུག་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བསྟན་ཏེ་རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་ཀྱི་བཀའ་དབང་སོགས་  
 སྤྱགས་སྟོར་མའི་ཆོས་སྟོར་མཐའ་ཡས་པ་གསན། དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་རི་བོ་དགེ་ལུགས་པའི་  
 བཀའ་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་སྒྲ་མའི་རིང་ལུགས་ལས་གཞན་དུ་འཇུགས་ན་མི་རུང་བའི་བསྐྱལ་  
 བརྟ་འབྲུ་བ་ལན་ཁ་ཡར་བྱང་གསུང་། དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་ཙམ་ལ་ཐེབས་པ་ན་གཞི་  
 ལས་གདན་འདྲེན་ཞུ་བར་བཅར། འཁྲུངས་ཁང་ནས་ཞལ་གྱིས་ཏེ་ཆ་སྤེང་ཕྱོགས་སུ་ཕྱག་  
 ཐེབས། ཐེབས་ལམ་དུ་སྐྱེ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་དང་རི་དྲགས་སོགས་མཐོང་ཆད་གསོད་པར་  
 བཅུམས་པ་ན་བཀའ་བསྟོན་དག་པོས་གཅིག་ཀྱང་གསོད་དུ་མི་འདུག་པར་སྟོག་སྟོབ་མཛད་  
 གདའ་སྟེ། རོ་མཆར་བའི་རྣམ་མཐར་རོ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྐྱེ་གོང་མའི་གདན་ས་རྒྱལ་ཐང་  
 སུམ་ཅེན་སྤྱིང་དུ་ཕྱག་ཐེབས་ནས་ཆོས་ལུགས་གནང་། འོན་ཏེ་ཕྱག་རྩམ་སྤུང་བས་སྐྱེ་འགྲུང་  
 སོགས་གང་ས་ཅི་ཐད་ནས་མཆོན་པ་ཙམ་རེ་ལས་འབྲལ་མ་བྱུང་། ཞལ་སྤྱུ་ནས་ཆ་སྤེང་མཁན་  
 རུར་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་བྱ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱི་རད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྒྱང་  
 རིང་དུ་འཕྲོ་ཞིང་དཔལ་ལྡན་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་

པོ་དེ་སྐྱེའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟེན་ཏེ་དབང་ལུང་མན་དག་སོགས་གདམས་པ་དང་རྩེས་སུ་  
བསྟན་པ་མཐའ་ཡས་པ་གསུམ། ཆོ་ག་ཕྱག་ལེན་དང་འདོན་ཏེ་དབྱངས་སོགས་ནི་གནས་གཞི་  
དག་ཀྱང་ཁྱེ་བའི་གྲ་པ་ཚུལ་མཐུན་ཞིག་བཞུགས་པ་དེའི་གན་དུ་སྦྱོང་བར་མཛད། འོན་ཏེ་ཁོང་  
གི་ཤག་རོགས་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་ད་རྒྱལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་  
པར་ཙུ་འདྲི་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲ་མ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་གྱི་ཁྱོད་མིན་ཁྱེ་བ་  
དང་། ལྷག་པར་ལན་གཅིག་དེས་བདག་ཅག་གཉིས་ལས་སྒྲ་མ་སུ་ཡིན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། ཕྱར་  
བདུན་རེ་བྱས་ནས་མེ་དབྱང་གི་དཀྱིལ་དུ་འཕང་དགོས། སྐྱེའི་མདུད་པ་འཆིག་ན་དེ་སྒྲ་མ་མིན་  
གྱི་མ་འཆིག་པ་དེ་སྒྲ་མ་ཡིན་ཟེར་ནས་དབང་མེད་དུ་འཕངས་སུ་བཅུག། དེ་ནས་ཁོ་པའི་མདུད་  
པ་དེ་དུས་ལ་འཆིག་ནས་ཐལ་བར་སོང་ཡང་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱར་མདུད་ནི་ལྷགས་གོང་ལྟར་རི་  
ཙམ་བསྐྱེགས་ཀྱང་འཆིག་པའི་སྐྱབས་མ་བྱུང་བའི་ཆེ་ཁོ་བས་མེའི་དཀྱིལ་ནས་སྒྲ་མ་ཏེ་ག་ཤེད་  
དུ་སྐྱས་འདུག། ཚུལ་འདི་ནི་དུས་ཕྱིས་སུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་ཐོས་ཏེ། མི་དེ་ནི་བཟང་རྒྱ་  
རང་མེད་ཁོ་བས་དེ་འདྲའི་ཉམས་ཆོད་ལེན་སྟེང་། འོན་ཏེ་འཆིག་རྒྱ་ནི་མི་ཡོང་ཞེས་བདག་  
རང་ལ་གསུང་བ་ཐོས་སོ།། ཡང་ལན་གཅིག་ཁྱོད་སྒྲ་མ་ཡིན་ན་དེས་གྲུབ་ཉགས་སྟོན་ཅིག་  
ཟེར་ནས་བསྐྱེགས་ཏེ་དབང་མ་བྱུང་བའི་ཆེ་བཞུགས་ལུལ་གྱི་རབ་གསལ་ནས་འདབ་ཆགས་  
ལྟར་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ཏེ་མཐར་དགོན་པའི་རྒྱབ་རིར་ཁ་རི་རི་ཁྱོད་ཟེར་བའི་ཅིག་ལུལ་དང་  
ནགས་ཆལ་འདྲེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བབས་ནས་ཞག་མ་གཅིག་བཞུགས། ཕྱི་ཉིན་དེ་ནས་  
གདན་དྲངས་དགོས་པ་བྱུང་སྟེ། དེ་ཕྱིན་ཆད་སྐགས་ཆོལ་རུས་མི་འདུག། འོན་ཏེ་ཚུལ་འདི་ནི་ཁོ་  
བས་རང་གཞོངས་གྱིས་གཞན་སུ་ལའང་ཞོད་རུས་མི་འདུག་ཅིང་། རིན་པོ་ཆེ་རང་གིས་ཀྱང་  
དུས་ཕྱིས་སུ་ཉེ་གནས་སྒོ་བཟང་བཟ་གིས་མ་གཏོགས་གཞན་སུ་ལའང་གསུང་མི་འདུག། འོན་  
ཏེ་ཐན་ནས་སྒོ་བཟང་བཟ་གིས་མཆོག་ལ་བྱེད་རང་གི་མཐོང་ཐོས་སུ་གྱུར་པའི་གསང་བའི་རྣམ་

ཐར་གང་བཞུགས་པ་ནམས་ཡིག་རིས་སུ་པབ་ནས་བསྐྱར་འཆོལ། གཤམ་ཏེ་མ་བསྐྱར་ན་རེད་  
གཉིས་ལ་དམ་ཆེག་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཕྲིན་ཡིག་ཐེངས་མང་བཏང་བས་གདོད་སླ་མར་  
གནང་བ་གསོལ་ནས་གོང་གི་དེ་དང་ད་དུང་དེ་མིན་པ་གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་བའི་ནམ་  
པར་ཐར་པ་མང་དག་ཅིག་ཡི་གེར་བྲིས་ནས་བསྐྱར་བྱུང་བས་སྐྱེ་བྱེད་ལ་འཁོར་མཐའ་མ་མཆིས་  
སོ།། དེ་ལྟ་ནའང་བཀའ་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འདིའི་འགོ་འཇུགས་ཙམ་ནས་མཁའ་  
འགྲོའི་འཁྱུ་ཕྱོག་ལྟ་བུས་འཇུག་སྟོངས་བཅོད་པར་དཀའ་བ་དང་སྐྱེ་ཁམས་མི་བདེ་བ་སོགས་སྟེ་  
ཆོགས་བྱུང་འདུག་ཅིང་། མཐར་དེ་ཁོ་ནའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སྐྱེ་གཤེགས་སོང་བས་སྟོ་པམ་ཤིན་ཏུ་  
ཆེ། དེ་ལྟར་རྒྱལ་ཐར་དགོན་དུ་ཞབས་སོར་འཁོད་པ་ནས་བྲ་སར་ཆེབས་བསྐྱར་མ་གནང་གི་  
བར་དུ་པལ་ཆེར་དགོན་པ་རང་དུ་བརྟན་ཆགས་པར་བཞུགས་ནས་གསུན་སྦྱོང་མཛད་ཅིང་  
སྐབས་སྐབས་སུ་རོང་ཡུལ་སོགས་གྲོང་གསེབ་ཁག་དུའང་ཐེབས་ནས་འགྲོ་དོན་བསྐྱངས། དེ་  
ཡང་རོང་ཡུལ་ཐར་སྤྲད་དུ་ཐོག་མར་ཐེབས་དུས་སྟོམ་ཆེན་ཟེར་བའི་རི་བོ་ལྷན་ཞིང་སྤྲག་ལ་  
བརྒྱུད་ཆགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གཟིགས་མ་ཐག་ཕྱག་མཇུབ་གཏད་དེ་ཡ་གྱིར་ངའི་སྐྱབ་ཁང་  
ཡོད་པས་རྗེས་མར་ང་ཆོ་བཏྲར་འགྲོ་ཨང་གསུང་། དེ་ནས་གྲོང་ཆོ་དེར་མི་ཆང་འགའ་ཞིག་གི་  
ཞབས་བརྟན་རིམ་གྱི་བུ་བའི་ཆོགས་མགོན་དུ་གདན་འདྲན་ཞུས་པ་ལྟར་ཐེབས་ཏེ་སོ་སོའི་རེ་བ་  
བསྐྱང་། ལྷན་གྱི་གསེང་བར་ཞིག་ལ་བྲུ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་ལུང་པ་འདིའི་གཞི་བདག་གི་གསོལ་  
མཆོད་ཅིག་བརྩམས་པར་ཞུས་པས་ཡུལ་ལྟ་དེའི་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་སོགས་ཇི་བཞིན་འཁོད་  
པའི་ཆོགས་བཅད་ལེགས་པ་ཞིག་བཞུགས་གཤམ་དེ་ཉིད་དུ་འབྲལ་མར་བརྩམས་ནས་ཞུ་བ་པོར་  
བྱིར་སྐྱལ་འདུག་ཀྱང་དུས་བྱིས་དཔེ་ཀྱང་ནས་མ་རྟེན། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་སློ་འགྲུགས་ཆོ་  
འགྲུགས་ཞུས་པར་མདའ་སྐྱམ་པོར་ཆོད་བཞག་ནས་འཐེན་པས་སོར་གཉིས་རེ་ཙམ་རིང་དུ་  
འགྲོ་ཡིན་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་ཉིན་གཅིག་ད་རེས་ངའི་སྐྱབ་ཁང་བཏྲར་འགྲོ་གསུངས་ནས་བཙུན་

ཆུང་འགའ་ཞིག་ཁྲིད་ནས་ཐེགས། སྟོན་དུ་བྱལ་མཛུབ་གཏད་སའི་མཆོམས་དེར་སྐྱེབས་པ་ན་  
འདིའོ་གསུངས་ནས་རྩིག་ལྷུང་ཞིག་དངོས་སུ་བསྟན་འདུག་སྟེ། དེ་དུས་ཀྱི་ཐེབས་སྟོགས་  
དགོན་པ་རབ་འབྲས་ཟེར་བའི་དག་ལམ་ནས་སྟོན་སོ།། འདི་ནི་ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་གནས་ཤིག་  
སྟེ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེན་པོ་ཆེ་ཡུལ་སྟོགས་འདིར་ཐེབས་པ་ད་རེས་སྟོག་མ་ཡིན་ཞིང་སྟོགས་  
དེར་སྐྱབ་ཁང་གི་ལྷུང་ཡོད་པ་ནི་ཡུལ་དེའི་ཆུང་རབས་སུ་ལའང་ཤོད་རྒྱ་མི་འདུག་པས་སྟོན་  
གནས་རྩེས་སུ་བྱན་པར་གདོན་མི་ཟེའོ།། འོ་ན་དུས་བྱིས་སུ་རི་ཁོད་ཀྱང་དེ་སྟོགས་སུ་བྱལ་  
འདེབས་པར་མཛད་པས། འདིའི་དགོངས་གཞི་དང་དགོས་པ་རྩི་ལྷ་བྱ་སྟོན་ན། དེ་གའི་མི་  
ནམས་ཀྱིས་བརྗོད་སྟོལ་ལ་རི་དེ་པོན་རི་རེད་ཟེར་ཡང་དོན་དུ་ནི་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པའི་  
གནས་རི་བྱད་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་སྟེ། རི་འདིའི་ཁོང་གསེབ་ནས་སྐྱབས་སྐྱབས་སུ་སྐྱུ་དང་རོལ་  
མོ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བསྐྱགས་པ་སྟོགས་དེའི་སྐྱེ་བོ་པལ་མོ་ཆེས་  
ཡང་དང་ཡང་དུ་དངོས་སུ་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། ལྷག་པར་དུས་བྱིས་སུ་གཟེམ་ཤིག་བསྟན་སའི་  
མཆོམས་དེ་ནས་སྐྱེས་པོ་མོ་ཤིན་ཏུ་མང་པོས་རྩོམ་ཞེས་སྐྱ་དབྱངས་ལེན་པའི་སྐྱ་ཆེས་གསལ་བ་  
ལན་གཉིས་སུ་སྟོན་ཞེས་ཀྱང་དམར་ཆོས་བཟང་ལོར་བྱ་ལགས་ནས་བདག་རང་ལ་བརྒྱ་བ་  
སོགས་ཏེ་མདོར་ན་རི་འདི་བདེ་མཆོག་གི་སྐྱས་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་པར་རིན་པོ་ཆེ་རང་གིས་ཀྱང་  
ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ལས་དཔགས་ན་སྐྱ་ཆེ་སྟོན་མ་ནམས་སུ་འདིར་བདེ་མཆོག་གི་སྐྱབ་པ་  
མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་ད་རེས་སྐྱར་ཡང་འདིར་སྐྱབ་པ་མཛད་ན་ཡིད་དམ་གྱི་ལྷའི་ཞལ་  
གཟེགས་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་མཆོན་ཆེ་བར་དགོངས་པ་སྟེ། དེའི་ཚུལ་ཞིབ་པར་སྟོན་ན་གསང་  
སྟོག་དུ་འགྱུར་བས་གཞག་གོ། དེ་དུས་སྐྱ་ན་སྐྱ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་མཛད་པ་ངོ་མཆར་བ་ཡ་མ་  
ཟུང་ལྷག་པར་སྟོན་ཅིང་སྐྱ་ཅིད་ལའང་དབྱེས་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡང་མཆོན་ཅམ་ཞིག་བརྗོད་ན་  
གཟེམ་ཤིག་དུ་བཞུགས་དུས་ཤིག་ཉིན་གཅིག་ཆོས་བཤམས་ནང་གི་རྟེན་གཙོ་བྱིར་ཞུས་ནས་



ལོགས་ཀར་བཞུགས་སུ་བཅུག། རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཡར་འཇུག་ཏེ་ལྷ་དེའི་རྣམ་པར་བྱས་ནས་  
 བཞུགས་པ་དང་ཕྱག་མཛོད་རིམ་ལྔ་སྟོབས་དུ་འོང་བས་མཐོང་སྟེ། ཏཱ་ལས་ནས་བརྟེན་གྱིས་  
 བྱས་པ་ན་སྐྱེལ་ས་མེ་དབྱང་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ཞིག་སྟོས་ཏེ་ཁོ་བ་རིལ་གྱིས་བརྟེན་ས་པས་  
 འཛིགས་ཏེ་ཕྱིར་སྟོས་ནས་ཨ་ཏིག་ལ་རྟུག་གན་མོ་ཁྱོད་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པས་ལན། རི་པོ་དགེ་  
 ལྷན་ལུགས་ལ་དེ་འབྲེལ་གྱིས་ཏིགས་མངོན་ཆོན་ཅན་སྟོན་ཆོག་པ་མ་རེད་ཟེར་ནས་མང་དུ་  
 འབར། དེ་ནས་ཡུད་ཅམ་སོང་རྗེས་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་པའི་གས་དུ་ཐེབས་བྱུང་བ་ལ་ཆོལ་མི་བྱས་  
 པར་དག་འཇམ་པོས་ཁྱོད་དེ་འབྲེལ་གྱིས་ཏིགས་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ན་དོ་དགོང་སྐྱ་གཅན་སྟོ་བཟང་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་ཟེར་བའི་མི་ཆེན་དེ་འདིར་སྐྱེ་མཐོན་ལ་འོང་བར་ཡོད་པས་ཁོང་གི་མདུན་དུ་འོང་  
 གཅིག་སྟོན་དང་ཞུས་པས། ངས་སྟོན་དགོས་ས་ཞིག་ལ་སྟོན་གྱི་མི་དགོས་ས་ལ་སྟོན་མི་ཡོང་  
 གསུངས་པས་ལན་མེད་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ལ་སོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཟང་གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་  
 བཞུགས་མོད་ཀྱང་། སྐྱེ་ཆུང་དུའི་དུས་ཀྱི་མཛད་པ་མངོན་ཆོན་ཅན་དེ་དག་ལ་དུས་ཀྱིས་སྐྱ་  
 སྐྱགས་གཞོངས་པའི་ཚུལ་ཆེན་པོ་མཛད་དེ་ལན་གཅིག་གསུང་ཆོས་ཤིག་གི་འཇུག་ཏུ་རང་རེའི་  
 དགོན་འདིར་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་པ་དུ་མ་བཞུགས་པས་ཁྱོད་རྣམས་  
 ཁོང་རྣམ་པའི་དྲུང་དུ་ཆོས་ལྷ་བར་འགོ་རྟགས་ཀྱིས། ལྷན་རང་ནི་བྱིས་པའི་དུས་སུ་བདུད་ཀྱི་  
 བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པས་མི་ཤོད་དགུ་ཤོད་དང་མི་བྱེད་དགུ་བྱེད་བྱས་པས་སྐྱེ་སྐྱེལ་གས་སུ་ཆུད་  
 འགོ་བ་ཅམ་ཡིན་གྱི་དེ་མིན་སྐྱ་མར་འོས་པའི་ཡོན་ཏན་སྐྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད་གསུང་བ་ཐོས་པས་  
 འདིར་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བརྟོག་མ་སྟོབས་སོ།། ཞམས་སུ་བཞུགས་རིང་གསན་བསམ་རིམ་ལྔ་མཛད་  
 ཚུལ་ཞིབ་པར་མ་རེས་པས་བསྟན་དུ་མེད་མོད། གསུང་མོལ་གྱི་ལྷོང་ལས་དཔགས་ན་སྐྱ་དང་  
 སྐྱན་དག་སོགས་སྐྱན་མོང་བའི་རིག་གནས་རྣམས་དང་། རྒྱ་འགྲོག་སོགས་དམ་པ་མང་པོའི་  
 རྣམ་ཐར་ཀྱང་གཞིགས་འདུག་ཅིང་གང་གཞིགས་པ་རྣམས་ཀྱང་གཏན་མི་བསྐྱེལ་བ་ཞིག་ཏུ་

བཞུགས་སོ།། དེ་ནས་དགྲུང་གངས་བཙུ་བྱལ་ལ་སོན་པ་གྲ་སར་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་རྒྱུ་  
གཏན་འཁེལ་བར་བརྟེན་སྟོགས་སྟོགས་སུ་གདན་འདྲན་ཞུ་མིའང་མང་རབས་བྱང་ཞིང་། ལྷག་  
པར་ཨོ་ཤོད་ཆ་ལུང་ཆང་གི་གཟིམ་ཤག་ཏུ་གདན་བྲངས་པ་ན་དེར་གོས་གདན་ཉིད་སོང་ཞིག་  
བཏིང་འདུག་པ་གཟིགས་སྤལ་འདི་དཔེའོ་སྣམ་དུ་རོ་མཁུན་པ་ཞིག་བྱང་གསུངས་སྟེ་སྟན་དེ་ནི་  
རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པའི་སྤྱགས་སྤས་འཕྲོངས་རྒྱས་དཔོན་སྟོབ་དག་དབང་ནས་རྒྱལ་གྱི་ཡིན་པར་  
འདུག །དེས་རྒྱན་བྱས་ནས་ང་གལ་དེར་བཞུགས་ཡུན་གྱི་རིང་ལ་སྟོན་གནས་རྗེས་བྲན་གྱི་ཉིང་  
འཛིན་བཟང་སོ་སྤྱགས་ལ་འཁྱུངས་ཏེ། རྒྱབས་མགོན་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་དབྱུངས་ནས་ཁམས་  
སུ་ཐེབས་ཚུལ། ཐེབས་ནས་རྒྱལ་ཐང་དཔོན་ཆེན་བྱག་བཏབ་ཚུལ་སོགས་སྐྱེ་ཆེ་དཔེ་མཛད་པ་  
པལ་ཆེ་བ་གསལ་བར་བྲན་པ་ཞིག་བྱང་ནས་ཉེ་གནས་སྟོ་བཟང་བཟ་ཤིས་ལ་གསང་བའི་ཚུལ་  
དུ་བཀའ་སྩལ་འདུག །དེ་ནས་སྐྱེ་འཁོར་ཉུང་ཤས་དང་བཅས་དབྱུངས་གཙང་དུ་ཞལ་སྟོགས་ཏེ་  
ཡར་ཙམ་བྱག་ཐེབས་པ་ན་གནས་ཆང་ཞིག་ལ་རྒྱན་འདུག་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་སྤང་ཞིག་བཞུགས་  
འདུག་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ལམ་ཞོར་དུ་གཟིགས་ཙམ་རེ་མཛད་པས་སྤྱགས་ལ་འཇགས་ཏེ་ཆེད་དུ་  
འཛིན་དགོས་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནས་དགའ་ལྷན་དགོན་གྱི་ཉེ་འགྲམ་དུ་ཐེབས་པས་ཆོང་བ་བྱིངས་  
གཞུང་ལམ་བརྒྱད་ནས་བཏང་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་མི་གཉིས་གྲོགས་སུ་བྲིད་ནས་དགོན་པའི་  
གནས་གཟིགས་ལ་ཐེགས། ཐེབས་ལམ་གཡས་གཡོན་དང་དགོན་པའི་སྤྱིང་བསྐྱོར་སོགས་སུ་  
རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་བྲངས་ནས་རྒྱས་མངའ་མཛད་དེ་འདི་འདིའི་སྐབ་བྱལ་ཡིན། འདི་འདིའི་  
རང་བྱོན་ཡིན་བྱ་བ་སོགས་གཉུག་མར་གནས་པ་ཞིག་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཞིབ་པའི་རོ་སྟོད་མཛད་  
འདུག་སྟེ། དེ་དུས་ཀྱི་ཐེབས་གྲོགས་དགེ་བཤེས་སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བ་ཞུ་བའི་དག་ལམ་ནས་ལན་དུ་  
མར་ཐོས་སོ།། དེ་ནས་ལྷ་སར་འབྱོར་ཏེ་ཁྱི་བྱང་ཆོ་བྱང་དུ་བཞུགས་གནས་མཛད་ཅིང་། འཇམ་  
མགོན་མིའི་གར་མཛད་རྒྱབས་རྗེ་ཁྱི་བྱང་རྫོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཞལ་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་དངོས་སུ་

མཇུག་བས། དགེ་སློང་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པའི་  
 དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཐོབ། ལུབ་དང་པོར་གཟེམ་ཆས་སྟེང་སོང་ཞིག་ཕུལ་བྱུང་བ་སུའི་ཡིན་ཆ་  
 མ་འཆལ་ཀྱང་ཕྱི་ཉིན་སྒྲ་མ་རྩོམ་འཆང་གི་ཞལ་ནས། མདང་དགོང་གཟེམ་སྟོ་བོ་ཨེ་བྱུང་  
 གཟེམ་ཆས་དེ་ནམས་ཁྱི་བྱང་ཚུབ་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ན་བཟའ་རེད་གསུང་འདུག །དེ་ནས་གདན་ས་  
 ཆེན་པོ་སེ་རུ་ཐེག་ཆེན་གླིང་དུ་ཕེབས་ནས་སེར་སྒྲ་ཐོས་བསམ་ནོར་བུའི་གླིང་དུ་ཆོས་ཞུགས་  
 གནང་། འོན་ཏེ་རྩལ་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་གྲ་ཆང་སྒྲུལ་སྒྲུ་ཚུང་གས་ཤིག་ལས་བཏང་  
 མ་ཐུབ། ཐོབ་ཁུངས་སྟོམ་ར་ཁང་ཆེན་ཡིན་པས་དེར་གཟེམ་ཤག་ཚུང་དུ་ཞིག་གཉེར་ནས་  
 བཞུགས་ཏེ། མཆན་ཉིད་ལ་གསན་སྟོང་དང་དབང་ཕུང་མན་དག་ཞུ་བ་སོགས་སྟབ་གཅིག་ཏུ་  
 མཛད། དེ་ཡང་བྱུང་བདག་འཁོར་པོའི་མགོན་པོ་སྐུ་བས་རྩེ་བདེ་ཆེན་གླིང་པོའི་ཞལ་སྐྱ་ནས་ཀྱི་  
 དབུས་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲ་མ་མང་དུ་བསྟེན་ཏེ་བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་གདམས་  
 པ་དང་རྩེ་སྐྱ་བསྟན་པ་མཐའ་ཡས་པ་གསན་འདུག་ཀྱང་རིམ་བཞིན་མ་ངེས་པས་བརྗོད་མི་  
 ལུས། འོན་ཏེ་གང་གསན་པ་ནམས་ཀྱང་ཐོས་ལོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤལ་སྤལ་དུ་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་  
 སྐྱར་གདའ་སྟེ། ཞལ་ནས་ཁྱིད་ནམས་དེ་འདྲའི་ཐབས་སྟོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ། ངས་ནི་སྒྲ་མས་དེ་  
 རིང་གང་གསུངས་དོ་ལུབ་བསྟོམས་ཏེ་ཁྱོང་བ་ཐོན་ངེས་སུ་བྱས་པ་ལས་ཟུར་དུ་བསྟོམ་མ་ཁྱོང་  
 ཞེས་ཁོ་བོ་ཅག་རང་ལ་གསུངས་ཏེ། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ནམ་ཐར་རོ། ཆོས་ཞུགས་གྲུབ་  
 འཕྲལ་ཕྱག་མཛོད་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་ནས་གཟེམ་ཤག་ཏུ་འགྲོ་གོན་གཏོང་བྱེད་ཀྱང་སྤན་ཅམ་  
 ཞིག་ལས་འཛོག་རྒྱ་མེད་པར་བཞེན་གྲ་སར་བཞུགས་ཡུན་གྱི་རིང་ལ་འཆོ་བའི་ཐད་སྐྱ་ངལ་  
 ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ། ཞལ་ནས་སྤན་ལ་སྒྲ་སྒྲུལ་གྱི་མིང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། ཞབས་ཕྱི་མེད་  
 པས་མེ་ཡང་ང་རང་གིས་བཏང་། ཚུ་ཡང་གཞན་གྱིས་མི་མཐོང་བ་བྱས་ནས་ང་རང་གིས་  
 ལེན། ཤ་མར་སོགས་ལྟ་ཞོག་གི་ཐ་ན་ཅམ་པ་ཅམ་ཡང་ཟ་རྒྱ་མེད་པར་ཐེངས་མང་སྟོད་དགོས་

བྱང་། ཚུལ་དེ་སྐྱེ་ཞབས་ཁང་གསར་རིན་པོ་ཆེས་མཁའ་དུས་གསལ་ཞིབ་ཐུན་ཅན་དེ་བསྐྱེལ་  
 བར་བཏང་གནང་གིན་ཡོད་དེ་པན་པོ་ཡོང་གསུང་། དེ་ལྟར་འཆོ་བས་ཤིན་ཏུ་ཐོངས་ཀྱང་སྤྱིད་  
 ཆོས་བྱས་པས་ཡོན་ཏན་མི་འབྱུང་བར་དགོངས་ཏེ་བཞུན་ཐོངས་དེ་ཀ་ལྟར་བཞེས་པ་ལས་འཆོ་  
 བའི་ཚུལ་སྐྱབ་གང་ཡང་མ་མཛད། དེ་ལྟར་དམའ་བའི་ས་བཟུང་། རན་པའི་ལྟ་ཟེས། རུལ་པའི་  
 ཁོས་ཁྱོན་པ་སོགས་སྟོན་ཁྱོན་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་བདག་གིར་བཞེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞི་དུལ་  
 བག་ཡོད་ལ་གནས་པའི་མཆོག་ཏུ་བསྐྱབས་པའང་བྱུང་སྟེ། ཞལ་སྤྱན་སྐྱབས་རྩེ་ཁང་གསར་  
 རིན་པོ་ཆེ་དང་བཀའ་འགྱུར་སྒྲ་མ་སྟོ་བཟང་དོན་ལྡན་རྣམ་གཉིས་ནས་འཁོར་གྱི་ཆོགས་སུའང་  
 སྟོམ་རྒྱུང་རྒྱལ་མཐུན་སྐྱེ་ཞབས་ཨ་བྱ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་སྩལ་འདུག་པ་  
 དང་། དེ་དུས་བཞིབ་སྤྱོད་པའི་མི་རྣམས་ནས་ཀྱང་སྒྲ་མ་ཤིན་ཏུ་སྟོམ་རྒྱུང་ཞིག་ཡོད་ཟེར་བ་ཐོས་  
 སོ།། ཐུན་གྲ་སར་ཡོད་དུས་ཞལ་ཏ་ཡང་འདི་ལྟར་གནང་སྟེ་ཁྱོད་གྲ་སར་སོང་ནས་མཆོན་ཉིད་  
 བཏུས་ན་རང་འོག་ཏུ་འགོ་བ་རྩ་ལས་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་དམན་ས་བཟུང་ནས་འཕལ་ཕལ་  
 དུ་གང་ཐོས་པའི་དོན་ལ་བསམ། བསམ་པའི་དོན་ལ་བསྟོམས་ཏེ་ཐོས་བསམ་སྟོམ་གསུམ་ལ་  
 བལ་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་གལ་ཆེ། དེ་ལྟར་མིན་ན་ས་ཁྱོད་གང་ཡང་མི་འབྱུང་བས་དོན་མེད་  
 གསུངས་པ་དང་། དེའི་ལོ་རྒྱུས་མར་གསུང་འཕྲིན་སྩལ་བའི་ནང་དུའང་གཞུང་བཀའ་ཐོད་ལྔ་  
 གང་ལ་སྤྱངས་རུང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁའ་པ་ཐོབ་བྱེད་གྱི་ཐབས་རྒྱལ་སྟོན་པས་དོན་དང་  
 ལྡན་ཞིང་སྐྱབ་པ་སྤྱང་ལེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཤི་སྟག་ཏུ་སྤྱང་མོད། སྤྱངས་པ་པོ་རང་གི་ཀྱན་སྟོང་  
 ལ་སྟོན་ཆགས་ན་དོན་དང་མི་ལྡན་ཞིང་ཐོས་ཚད་ལྟར་ལེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་སུ་འགྱུར་བར་  
 ཆོགས་མེད། དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་སྤྱངས་པའི་སྐབས་ནས་གཞུང་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་འདོད་དང་  
 རང་རྒྱུད་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་འགོ་ཐབས་ཤིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པར་གངའ་གསུངས་  
 པ་དང་། ཡང་སེམས་ལ་པན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་དགོས་རྒྱལ་ཞུ་བ་ལའང་འདི་ལྟར་གསུངས་

ཏེ། རང་ཅག་ཆོས་པར་སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་སྤྱིར་དགྲུགས་པའི་གདོན་ཆེན་ཆོས་བརྒྱད་ལྷག་  
 པའི་མགོ་ཅན་ལ་དགྲར་བལྟས་ཏེ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་དེའི་དབང་དུ་མ་ཤོར་  
 བ་ཅིས་ཀྱང་གལ་ཆེ། དེ་ལྷག་བསྐྱབ་བྱ་ཁོ་བོས་མི་ཤེས་གསུངས་སོ།། དེ་ཡང་རི་རྒྱུད་སྐྱུ་པ་  
 དེ་བཞིན་བྱེད།། ཅེས་པ་ལྟར་བདག་ཅག་ལ་གསུང་བ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་གྲ་སར་  
 བཞུགས་དུས་ནས་ཕྱག་ལེན་ལ་འགོལ་སྤང་ངོ་།། དེ་ལྟར་གཅིག་དུ་མཐོ་མཐོ་རྒྱུད་ལ་  
 བསྐྱར། དམའ་དམའ་ཆུ་ལ་སྐྱར་ཟེར་བ་ལྟར་ཀྱི་དམན་པའི་བརྟལ་ཞུགས་བཟུང་བ་དང་། གཉིས་  
 སུ་ན་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་བྱས་ནང་གི་མར་མེ་ལྟར་བྱིར་མི་མངོན་པར་མཛད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 རྒྱེ་བོ་པལ་མོ་ཆེས་མཐུན་རབ་ཀྱི་གཏིང་མི་དཔོག་པར་འདུག་ཀྱང་། མཁས་པ་མཁས་པའི་  
 དབྱས་ན་མཛེས། ལྷན་པོས་མཁས་པ་རི་ལྟར་གོ། ཟེར་བ་ལྟར་མཁས་ཀྱིས་ཁྱེ་མ་རྣམས་ནི་  
 གང་གི་སྐྱེ་ཡོན་ཀྱིས་སྤྲུགས་རབ་དུ་འཕྲོགས་ནས་བསྐྱུགས་བརྗོད་ཆེན་པོ་མཛད་ཅེས་གྲགས་  
 ཏེ་མཆན་སྟན་ཀྱི་མེ་ཏོག་རྣམ་པར་བཞད་པ་དེས་སྐྱེ་ཞབས་ཨ་བྱ་ལ་རི་འདྲའི་རིག་པ་ཞིག་ཡོད་  
 ཅེས་ཤིན་དུ་ཡ་མཆན་ཉམས་ཀྱིས་དུས་བྱིས་སྤྱང་བསྐྱུགས་པའི་བྱེ་མ་ཅི་ཡང་འཕྲོར་བར་  
 འདུག་ཅེས་རྒྱལ་ཐང་བཀའ་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེས་བདག་ལ་གསུང་བ་དང་། སྤིང་སྤྱོད་ལྷག་བྲག་  
 རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། སྐྱེ་ཞབས་ཨ་བྱ་སུ་ཡོན་ཏན་སྐྱུ་པ་ནས་མ་བཞུགས་པར་བསྟན་པ་སྤེལ་  
 རོགས་གནང་ན་ཡོང་ངེས་སུ་ཡོད་ཅེས་ཀྱང་དམར་ཆོས་མཛད་སྟོན་ལ་གསུང་འདུག་པ་  
 དང་། ལྷག་པར་དུ་ཡང་ཞལ་སྤྱན་སྐྱབས་རྒྱུ་ལ་རྗེ་བདེ་ཆེན་སྤྱིར་པོས་ནི་སྤྲུགས་ཀྱིས་བེན་པ་ཞིག་  
 ལྟེ། དཔེར་ན་དུས་ནམ་མཛལ་ཡང་མཛལ་ཐངས་རེར་མཆན་རེ་གསོལ་བ་གནང་ཞིང་ད་ལྟའི་  
 མཆན་རྒྱར་དུ་ཀུན་མཐུན་ཞེས་པ་འདི་ཡང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་དེས་སྐྱེས་འདུག་པ་དང་། སེ་རུ་  
 ནས་བཟུ་གིས་ཆོས་སྤྱིར་དུ་ཆོས་ཞུ་བར་བཅར་དུས་ཀྱང་ཉིན་ལྟར་གྱུད་དུ་གདན་བྲངས་ཏེ་  
 གསོལ་རྩེ་འབྲུལ་དུ་བཅུག་པ་དང་། ཞབས་དབང་ཞུ་བར་ཡང་ཞབས་གཉིས་བཏེག་སྟེ་དབྱ་ལ་

དངོས་སུ་འཛོག་པ་གནང་ནས་བུ་ཁྱོད་ཀྱི་འགྲོ་དོན་བྱ་བའི་གྲོགས་བདག་གིས་བྱའོ་གསུངས་ཏེ་  
སྤྱགས་བརྗེ་ཉམས་ཅི་ཡང་མཛད་པ་དང་། དུས་ཕྱིས་ཆབ་མདོར་ཐེབས་དུས་ཀྱང་སྐྱེ་ཞབས་ཨ་  
བུ་སྐྱེ་ལ་སྐྱེ་དེ་བསྟན་པ་ལ་པན་ཐོགས་མཁན་ཞིག་འོང་བར་ཡོད་པས་རྒྱས་ཨེ་ཡོད་ཅེས། ཟམ་  
གདོང་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་གོང་མར་ཅད་གཅོད་དུ་གནང་འདུག་པ་སོགས་ཏེ་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་  
ངོ་།། དེ་ལྟ་ནའང་རིན་པོ་ཆེ་འདི་པ་དེ་དུས་ན་བཟའ་སྐྱོ་ཞིང་མཁས་གྲགས་སོགས་ཀྱང་མེད་  
པར་བཞེན་ཏེ་ཅང་གིས་སྤྱགས་མཉེས་ཚུལ་མཛད་ན་སྒྲ་ཆེན་དང་མི་ཆེན་གཞན་གྱི་བརྗོད་བབ་  
ལ་གཞིན་གྱིས་དོགས་ཏེ་སྤྱན་མོང་བའི་སྤྲང་ངོར་སྤྱི་སྟོམས་ཙམ་དུ་འཛོག་སྤྲང་ངོ་།། དེའི་གནད་  
ཀྱིས་རྗེ་པ་ཐོང་ཁ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་ནང་དུའང་རིན་པོ་ཆེ་འདི་པའི་མཆོན་རྒྱར་ཙམ་ཡང་མ་  
འཁོད་པར་འདུག་པོ། གྲ་སར་བཞུགས་རིང་སྤྱིའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟེན་པའི་སྒྲ་མ་ནི་ཞལ་སྤྱ་  
ནས་སྐྱབས་རྗེ་པ་ཐོང་ཁ་པ་བདེ་ཆེན་སྟོང་པོ་དཔལ་བཟང་པོ། འཇམ་མགོན་ཁྲི་བྱང་རྡོ་རྗེ་  
འཆང་། སྐྱབས་རྗེ་ཁང་གསར་རིན་པོ་ཆེ། མིན་སྦྱོང་སྟག་བྲག་རྡོ་རྗེ་འཆང་། བཀའ་འགྲུར་སྒྲ་མ་  
སྟོ་བཟང་དོན་ལྡན། ཅོ་ནེ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཏེ། དེ་དག་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ནས་  
ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པས་ཀྱང་གྱི་སྤྱགས་ཐེན་པ་བྱུང་ངོ་།། ལར་ནས་བཞེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་  
གྱི་ཐད་ལ་དེ་པན་ཆད་དུ་འགྲོ་རྒྱ་ཨེ་ཡོད་ན་སྤྲམ་པ་ཞིག་བཞུགས་ཏེ། དཔེར་མཆོན་ན་ཞལ་སྤྱ་  
ནས་ཡོངས་འཛིན་མཁན་རྒྱར་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ཞལ་ཞེན་ཏུ་ཆ་བ་སོགས་ལ་བཞེན་དགེ་སྤྱག་  
གཅིག་ཀྱང་མ་སྟོད་པར་སོང་ཡང་རིན་པོ་ཆེ་འདི་པས་ནི་བཀའ་བསྟོན་དང་ཕྱག་འཇུག་གནང་  
བ་སོགས་ལ་མ་སྟོས་པར་ཞབས་ཕྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་ཞུས་པ་དང་། དེ་ཡང་ཁལ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་  
པར་དད་གྲུས་ཀྱིས་ཀྱང་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཐ་ན་གཟིམ་ཏོག་གྲོ་བ་ཡན་ཆད་དན་ལས་ཐམས་ཅད་  
ཁུར་མིན་གྱི་སྤྱན་མོང་དུ་མཛད་འདུག་ཅིང་། ཞལ་ནས་ཀྱང་བྱེད་ཅག་སྒྲ་མའི་མཆོན་གང་འདོད་དུ་  
བརྗོད་སྤྱབ་པ་སྐྱལ་བ་བཟང་པོ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ངས་ནི་རྩ་བའི་སྒྲ་མའི་མཆོན་རྗོགས་པར་



བརྗོད་མ་ཐོངས། བརྗོད་པར་བཅུ་མས་པ་ན་བཅུངས་ནས་ཐོན་གྱི་མི་འདུག་གསུང་བ་དང་། གུས་  
 ཅག་གིས་མཐོང་སྒྲུང་ལའང་རྗེ་པ་པོང་ཁའི་མཆན་སྒྲོམ་རྩིས་མཛད་པ་ན་དེ་མ་ཉིད་དུ་ཞལ་རས་  
 ཁྲག་ལྟར་དུ་འགྱུར་འགྲོ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྱན་ཆབ་རང་དབང་མེད་པར་ལྷུང་བས་གསུང་མོལ་  
 མཆམས་འཛིག་མཛད་དགོས་པ་འོངས་ཏེ། ཀུན་ལ་མཐུན་སྒྲུང་དུ་གྲུབ་པ་དེའོ། གཞན་ཡང་ཐུན་  
 རང་ལ་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། ངས་ནི་རང་གི་པ་ལའང་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
 འོང་གི་འདུག་ན་ཁྱེད་ནམས་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ལའང་དེ་ལྟར་མི་འོང་བ་ཐབས་སྟོ་བོ་རེད་  
 གསུང་བ་ཐོས་སོ།། དེ་ནས་དགྲུང་གངས་བཙུང་བ་བརྒྱད་ལ་ཐེབས་པ་ན་པ་ཡུལ་ནས་ཕྱག་མཛོད་  
 འོངས་ཏེ་ཁྱེད་པ་ཡུལ་བར་བཞུགས་རང་ཡུལ་དུ་འབྱོན་རྒྱུར་ཐག་བཅད། ཚུལ་དེ་པ་ཡུལ་ནས་ཐེབས་  
 སྟོགས་དགེ་བཤེས་རྒྱལ་བས་གསན་སྒྲུབ་དུང་དུ་བཅར་ནས་གཞུང་བཀའ་པོད་ལྔ་ལ་གསན་  
 བསམ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་པ་ཡུལ་དུ་ཐེབས་ན་མི་འགའ་ཚུལ་ཁྱེད་པས་དང་པོར་  
 ཅང་མི་གསུངས་པར་བཞད་ནས་བཞུགས། དེ་ནས་སྒྲར་ཡང་ནན་བསྐྱེད་དེ་ཟུ་ཚུགས་མཐར་  
 བསྐྱལ་གྱིས་ཁྱེད་པ་ན་ཞལ་ནས། ད་རེས་ཕྱག་དཔེ་གཟིགས་པའི་རེ་མོས་ཁྱེད་ནམ་པར་བབ་  
 ཡོད་པས་ཉུར་བསྐྱེད་མཛོད་ལ། ངས་ནི་སྐྱེ་བ་མང་པོར་སྐྱུངས་ཐེན་པས་ཆེ་འདིར་བསྐྱར་དུ་  
 སྐྱུངས་དགོས་པ་མེད། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རང་ཡང་ལན་ལྔ་བརྒྱར་བྱས་པ་ཡིན་  
 པས་ད་ནི་སྐྱར་དུ་པ་ཡུལ་དུ་སོང་ནས་འགྲོ་དོན་བྱ་བའི་དུས་ལ་བབ་ནས་ཡོད་དོ་གསུངས་  
 འདུག་སྟེ། གསུང་ཡུལ་དེས་ལན་དུ་མར་བརྒྱས་པ་ཐོས་སོ། འོན་ཏེ་ཁོང་ནི་རྟོག་གོ་དབྱ་  
 མཁེགས་པ་ཞིག་ལགས་པས་ད་དུང་ཡིད་མི་ཆེས་པར་འདུག་སྟེ། དུས་ངན་སེམས་ཅན་ལོག་  
 ལྟ་ཆེ། སངས་རྒྱུ་ཕྱོད་ཡང་ཡིད་མི་ཆེས། ཞེས་པ་དེར་གདའོ། དེ་ནས་སྐྱེ་འཁོར་ཉུང་ཤས་  
 དང་བཅས་ཁམས་སུ་ཞལ་ཕྱོགས་ཏེ་རྒྱ་བ་གཉིས་ཅམ་ཐེབས་རྗེས་གཞི་ནས་རང་ཡུལ་དུ་བདེ་  
 བར་ཕྱག་ཐེབས། སྐྱའི་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྤང་ལུང་གོང་མས་དབུས་འབྲེལ་ཡོད་གྱི་

མི་སྣ་མང་པོ་དང་མཇལ་སྤང་མཛད་དེ་སེབས་སྐྱེས་ཀྱང་ཅུ། ལྷག་པར་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཟང་  
འབྲས་རྫོང་རྗེ་འཆང་དང་ཞལ་འཛོམས་ཏེ་པན་ཚུན་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་མཆིད་མཛད་པ་ན་རྫོང་རྗེ་འཆང་  
ཆེན་པོའི་ཐུགས་རང་དབང་མེད་པར་འཕྲོགས་ཏེ་སྐྱ་ན་ཚུང་དུ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་སྐྱ་ཡོན་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱབ་པ་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ནི་ཆེས་ངོ་མཆར་ངོ་ཞེས་དཔེ་མེད་པའི་བསྐྱགས་བཟོད་ཡང་  
ཡང་མཛད་སྤང་ངོ་།། རོ་བོ་རྗེའི་རྣམ་འབྲུལ་སྤང་ལུང་གོང་མས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མཉེས་ཆོར་  
མཛད་པ་ལས་དེ་མིན་གཞན་དག་ལ་ངོ་སྤྲང་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བ་ནི་རི་སྐད་དུ་མཁས་པ་མཁས་  
པའི་དབུས་ན་མཛེས།། ལྷན་པོས་མཁས་པ་རི་ལྟར་གོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དེ་  
ནས་ལྷ་བྲང་གི་བྱ་ལོན་མང་དག་ཅིག་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ལ་འགན་དཀྱི་བར་བརྟེན་དེ་སེལ་ཐབས་  
སུ་ཕྱོགས་གང་སར་སེབས་དགོས་བྱུང་འདུག་པར། ཞལ་ནས་སྤན་བྲ་སར་ཡོད་དུས་པ་ཡུལ་དུ་  
འོངས་ན་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ནས་བཞག་ཆོག་ཅེས་བཤད་ཀྱང་པ་ཡུལ་དུ་སྐྱེབས་ནས་སྡོད་  
དབང་མ་བྱུང་བར་འབའ་མི་སོགས་སུ་དདུལ་བཅའ་བར་འགོ་དགོས་བྱུང་། ཡིན་ཡང་པར་  
བཅའ་ན་ཚུར་མི་རྟེན་པ་འདོད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་བྱ་ལོན་སྡོད་འཇམ་ལ་པན་པའི་དདུལ་  
གང་ཡང་མ་རྟེན། སྐབས་དེར་འཁོར་བ་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་སྐྱོ་གསུམ་ལྷགས་བྲག་པོ་ཞིག་སྐྱེས་  
པས་ད་ནི་དཔལ་པའི་ཆོས་ཉག་གཅིག་མ་གཏོགས་པ་གཞན་གང་ལའང་སྤྲོད་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
འདུག་པས་ཆེ་སྒོས་བཏང་གི་སྐྱབ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱ་སྒྲུལ་དུ་ཡོ་བྱད་སྤན་བྱ་  
ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡུལ་ཕྱོགས་དེར་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེངས་བཞིན་འདུག་པའི་ཞལ་  
འདེབས་སུ་ཡུལ་བ་ཡིན། འོན་ཏེ་ཞེན་པ་མི་རོ་བཞིན་དུ་ལོག་གྱུར་ན། འདོད་ཡོན་བྱ་གོད་  
བཞིན་དུ་འཁོར་ནས་ཡོང་། ། ཞེས་པ་ལྟར། དེ་ནས་ཡུན་རིང་མ་འགོར་བར་ཕྱོགས་དེའི་མི་  
རྣམས་དད་མོས་སྐྱེས་ནས་འཆོ་ཆས་འབྲུལ་མི་ཡང་མང་རབས་བྱུང་བས་ལྷ་བྲང་གི་བྱ་ལོན་  
རྣམས་ཀྱང་ཟད་དེ་འཕྲོད་སོང་གསུངས། དེ་ནས་དབྱང་གངས་ཉེར་གཉིས་སུ་སེབས་པ་ན་སྤར་

སྐྱེན་ཆུང་དུའི་དུས་སུ་ངའི་སྐྱབ་ཁང་ཡོད་གསུངས་པའི་ཐད་དེར་སྐྱབ་ཁང་ཆུང་དུ་ཞིག་  
 བཅིགས་ཏེ་སྐྱབ་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཆུ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་ལན་མང་ཅལ་ཀྱང་བྲག་མཛོད་  
 སོགས་ནས་ཀ་ཀོར་ཞུས་ཏེ་མ་ཉན་པར་བཅེན་སྐྱ་ལྷ་ངན་ལས་འདའ་བར་དགོངས་ཏེ་སྐྱན་གཞི་  
 དྲག་པོ་བཞེས་པའི་ཆུལ་བསྟན། དེར་སྐྱའི་རིམ་གྱོ་དང་གསོལ་སྐྱན་ཕུལ་བ་སོགས་ཐབས་གང་  
 བྱས་ཀྱང་མ་ཐན་པར་སྐྱ་ཁམས་རེ་ངན་རེ་ཞན་དུ་སོང་སྟེ་སྐྱའི་བཀོད་བ་བསྐྱ་བ་ལ་ཉེ་བར་  
 བྱོགས་པས་ཆང་མ་ཅི་བྱ་གཏོལ་དང་བལ་ཏེ་ཡིད་ལློང་ལློང་པོར་གྱུར། སྐབས་དེར་སྐྱོ་བུར་དུ་  
 ཟང་འབྱམ་རྩོ་རྩེ་འཆང་ཐེབས་ནས་ཞབས་གྲས་ནམས་ཕྱིར་བསྐྱད་དེ་སྐྱ་རྒྱང་འཕྲིས་སུ་  
 བཞུགས་ནས་གསུང་ཆེན་པོས་ལྷ་མ་ཞེས་འཕོད་བ་གནང་ནས། བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་མ་  
 བཞུགས་པར་ད་ལྟ་ནས་སྐྱ་གཤེགས་ཅིས་མཛོད་བ་འདི་ཅིའི་ཆུལ་རེད་ཅེས་བཀའ་བསྐྱོན་  
 ཐེབས་བ་ན། གསུང་ཆུང་དུས་དེ་འབྲམ་གསུང་བདག་ལྟ་བུར་སྐྱེ་འཆི་ལ་རང་དབང་ག་ལ་ཡོད་  
 ཅེས་ཞུས་པས། དེར་ཁྱོད་ལ་རང་དབང་ཡོད་མེད་ངས་ཤེས་པས་སང་ནས་དྲག་སྐྱེས་མ་བཞེས་  
 བ་རེད་གཉིས་ལ་དམ་ཆེག་མེད་བ་ཡིན་ནོ་གསུངས་པས། ད་ལོ་ན་ངའི་འདོད་བ་གང་ཡིན་  
 བསྐྱབ་ཏུ་འཇུག་མིན་ཁོ་པ་ཆོར་འདྲི་རོགས་གིས། གལ་ཏེ་སྐྱབ་ཏུ་བཅུག་ན་སང་ནས་ཨེ་དྲག་  
 ལྟ་ཆུ་ཡིན། དེ་མིན་བྱ་ཐབས་ཐད་ཅེས་ཞུས་པར་ཟང་འབྱམ་རྩོ་རྩེ་འཆང་གོ་སྐབས་ཉིད་པར་  
 བཅེན་བྲགས་ཤིན་ཏུ་དྲེས་ཏེ་བྲགས་རྩེ་ཆེ། དེ་ངོས་རང་གིས་འགན་ལེན་ཞུས་ཆོག་གསུངས་  
 ནས་ལམ་སང་ཕྱིར་ཐེབས་ཏེ་ཁོ་རེ་ཆོ་རིན་པོ་ཆེ་རང་གི་བྲགས་འདོད་གང་ཡོད་བ་ནམས་  
 བསྐྱབ་ཏུ་ཆུག་ཅིག་དང་། བཀག་འགོག་བྱེད་ན་ད་རེས་ཀྱི་དཔེ་འདི་དང་འབྲམ་ཞེས་གསུངས་  
 པས་ཆང་མ་ཡར་སོང་སྟེ་མིག་ཆུ་ལྷང་ལྷང་བབ་བཞིན་དུ་གདུང་བྲགས་དྲག་པོས་བཅོད་པར་  
 གསོལ་ཏེ་སྐྱད་ཕྱིན་ཆད་ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་ཞུ་བའི་དམ་བཅའ་ཕུལ། དེ་ནས་ད་ལོ་ན་སང་  
 ནས་ལམ་རིམ་གཅིག་འཆད་བ་ཡིན་པས་ག་བསྐྱིག་གིས་ཤིག་ཅེས་གསུངས། སྐྱའི་བབ་ལ་

བལྟས་ན་འགན་མི་བཟོད་པའི་ཆོད་དུ་འདུག་ཀྱང་ཀ་ཀོར་ཁྱ་མི་རྒྱས་པར་ལམ་སང་ག་བསྐྱིགས་  
འབྲས་ཆང་ཁྱས། སྦྱན་གཞི་ཤུགས་ཆེས་པའི་དབང་གིས་གསོལ་ཆས་མཐེབ་ཀྱ་ཙམ་མི་འགྲོ་  
བར་ཉིན་ཞག་བདུན་ཙམ་སོང་བའི་ཕྱི་ཉིན་བཞུགས་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་ཐེབས་མི་སྐབ་པར་བར་ནས་  
གདན་འདྲེན་ཁྱ་དགོས་པ་བྱུང་ཡང་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེར་སྐྱེ་ཁམས་རྩེ་དྲངས་ལ་སོང་སྟེ་གསུང་  
ཆོས་ཀྱི་འདུག་ཙམ་ལ་སྐྱེབ་པ་ན་སྐྱེ་གཞུགས་སྔ་མཁོ་ལྟར་སོར་ཚུད་དེ་ཞལ་རས་ཆེ་བ་རྒྱས་པ་  
ལྟར་བྱུང་བས་ཀྱན་ཀྱང་ངོ་མཆར་བར་གྱུར་ཏོ།། དེ་དུས་ཆོས་ཁྱ་བ་མི་གངས་བཅུ་དྲུག་ཙམ་  
དང་དུས་ཆོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་ཞིག་འགོར་འདུག་ཅིང་། དགྲང་གངས་ཉེར་གཉིས་བའི་སྐབས་དེ་  
ནས་བཟུང་ཐབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་དབུ་ཚུགས་པ་ཡིན་ནོ།། དེ་  
ནས་སྔར་གྱི་སྐབས་བཞེད་ལྟར་རོང་ཡུལ་སློམ་ཆེན་ཟེར་བའི་རིའི་རོགས་སུ་དབེན་གནས་དགེ་  
ལེགས་ཆོས་རྫོང་ཕྱག་བཏབ་ནས་སྐབ་པ་སྟོང་པོར་མཛད། དགྲང་གངས་ཉེར་བདུན་བའི་དགྲུག་  
ཀར་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་བསྟེན་མཆམས་ལ་བཞུགས། སྐབས་དེར་ཉམས་མགུར་མང་པོ་  
ཞིག་གསུང་འདུག་པ་ལས་དཔགས་ན་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོག་གས་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་ཞིག་འབྱུངས་ཡོད་ཆོད་དུ་སྒྲང་། དགྲང་ལོ་ཉེར་བརྒྱད་བའི་སྐབས་ཆེ་བ་གཉིས་བའི་ནང་  
རྒྱལ་ཐང་དགོན་དུ་འཇམ་མགོན་ཆེ་མའི་སྐབས་ཀྱི་བཅུད་ལྷུང་བའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་  
སྐབས་ཁྲིད་ཞིབ་རྒྱས་སུ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱུང་། དེའི་ཆེ་མོངས་རྒྱལ་མགོན་བཟང་པ་བདག་ཀྱང་  
གཞི་ནས་ཆོས་གལ་དུ་ཚུད་དེ་སྐལ་བཟང་གི་དགའ་སྟོན་ཉམས་སུ་སྟོང་། དེ་ལྟར་ནའང་བསོད་  
ནམས་དཔལ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞབས་བྱུང་དུ་ཆེ་བ་འགའ་ཤས་ལས་འདུག་ལོངས་མ་བྱུང་བར་  
དབུས་འགྱུར་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་དེར་འབྱུག་ཙམ་སྟོད་རིང་རང་གི་མཐོང་  
ཐོས་སུ་གྱུར་བའི་མཛད་པ་ངོ་མཆར་བ་འགའ་ཞིག་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བཀོད་ན་ལོ་དེའི་ཆེ་བ་  
བཞི་པའི་ནང་རབ་འབྲམས་པ་དང་ངོས་གཉིས་གཅིག་སུ་ལ་སྐབས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་

དམར་ཁྲིད་ཞིབ་རྒྱས་སུ་བཀའ་བྲིན་སྟུང་། དེ་དུས་ཆ་བ་ཆེ་བར་བརྟེན་སྐབས་འགར་ཕྱར་གཉིས་  
 ཀ་གཉིད་ལ་ཤོར་བས་ཆོས་གསུང་མ་མཁུན་ནས་འཇམ་ཐེང་རེར་བཞུགས་དགོས་པ་ཡང་ལན་  
 མང་པོ་བྱུང་སོང་སྟེ་དགོངས་པ་ཆོས་སྣང་ལྟ་ཞོག་གི་དུང་བཞད་མོ་མཆར་མཆར་གནང་གི་  
 ཡོད་པས་ད་བསམས་ན་དད་པའི་སྤྱི་ལོང་གཡོ་བའི་ནམ་ཐར་དུ་གདལ། དེ་དུས་ངས་ཞང་པོ་  
 གཉིས་ལ་དགོངས་སྒྲོར་མ་ཞུས་པར་དེ་ཁྲོད་དུ་སོང་བར་བརྟེན་ཁོང་གཉིས་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་ཁྲིས་  
 ཏེ་ཕན་ལ་ཁང་ཆན་ཆོགས་འདུས་སུ་ཞུ་གཏུགས་བྱས་པར་མ་ཟད། ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ངོ་མྱོལ་  
 དྲག་པོ་ཞུས་འདུག་པས་ཕན་སྒོ་པམ་སྟེ་མིག་རྩ་ལྟུང་བ་ན་ཞལ་ནས། ཁྲོད་སྒོ་པམ་མི་དགོས། དེ་  
 གང་ཡིན་ཞེ་ན། ང་ལ་ནི་འབྱར་ཁ་གཏོང་བ་དང་ངོ་མྱོལ་བྱེད་མཁན་གང་མང་མང་ཡོང་བར་  
 ཤོག་སྟུང་དུ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་ཞེས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དཔང་དུ་བཞག་  
 ནས་དབུ་མནའ་བཞེས། དེར་མ་ཟད་ཕན་ལའང་ཁྲོད་ཁང་ཆན་གྱིས་ཁྲིམས་ལ་བཀུགས་ན་སོང་  
 ཞིག་དང་སྒོ་དགོན་མཆོག་ལ་གཏོད་པའི་མི་དེ་བར་ཆད་ཀྱི་དཔང་དུ་འགྲོ་བ་མི་སྲིད་པ་ཡིན། དེ་  
 བས་རྒྱུན་དན་གྲོགས་སུ་ཤར་ཏེ་དགོན་ནང་འཆད་རྒྱུའི་ལམ་རིམ་དེ་ཡང་ཁྲོད་གྱིས་ཞུ་རྒྱ་ཡོང་  
 ཤས་ཆེ་གསུངས་ཏེ། གང་གསུངས་པ་ལྟར་རྗེས་སུ་ལམ་རིམ་དེ་ཡང་ཆ་ཆོང་ཞུ་རྒྱ་བྱུང་། ཡང་  
 ལན་གཅིག་རིན་པོ་ཆེ་རང་གྲ་སར་རྒྱན་རིང་བཞུགས་ཡོང་མ་བྱུང་ཡང་ཐུག་དཔེ་དེ་འབྲམ་མཁུན་  
 པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ལགས་སམ་ཞུས་པས། དེ་སྒྲོན་འཆེ་ལ་ཁད་པའི་ན་ཆ་དྲག་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་དེ་  
 དུས་ངས་གཏོང་ལེན་ནན་པོ་བསྒྲོམས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཕན་བྱ་དག་པ་འབྲ། དུས་དེ་  
 ནས་བཟུང་སྟེ་བཀའ་བྲུ་ཏེ་གང་ལ་བལྟས་རུང་འདི་མི་ཤེས་སྟུང་པ་གཅིག་གང་མི་འདུག་ རང་  
 གིས་པར་བལྟར་མི་རྒྱས་པས་མ་གཏོགས་སྒྲིགས་བམ་རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་རྩེར་རང་ཞལ་བྱེད་  
 ཅམ་བྱེ་ནས་བཞུགས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ཞིག་གདལ། འབད་ཚོལ་བྱེད་མི་རྒྱས་པའི་རྒྱ་  
 མཆོན་ནི། ད་ལྟ་ངས་ཁྲོད་རྣམས་ལ་ཅུང་ཟད་པན་ཐོགས་ཞུལ་དེ་ལྟར་ཡང་། དཔེ་མང་པོ་བལྟས་

ན་སྐབས་ཤིག་ནས་རང་ཡང་ཞེ་པོ་ཡིན་སྟེ་པའི་ཆོས་སེམས་སྐྱེ་སྲིད་ལ། གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཞེ་  
པོ་རེད་ཟེར་བའི་བསྟོན་བསྟུགས་ཀྱང་འབྱུང་སྲིད་ཅིང་། དེ་འདྲ་བྱུང་ན་རང་རེ་སྒྲོ་སྒྲོ་བ་ཆང་མ་  
བསོད་ནམས་དམན་པས་བར་ཆད་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་ཉིན་ཡོད་པས་རེད་གསུངས། ཡང་ལན་  
གཅིག་པུ་ཆེན་ཚོགས་རྒྱལ་བའི་རྣམ་ཐར་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཞལ་ནས་ཡི་གེ་བྲིས་མཁན་ལ་ལག་  
ཐོགས་པས་མ་གཏོགས་དེ་མིན་ལོ་གཅིག་ཅུ་ཀྱི་ནང་ཚུད་དུ་འདྲ་སྟོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་  
ངོ་མཆར་ཅན་ལུ་ཏེ་བརྒྱ་ཐུག་ཅུ་སྟེ་ལ་བ་དཀའ་ལས་ཅི་ཡོད་ཅེས་དང་། ཡང་དེང་སང་རྒྱལ་  
བའི་བཀའ་འབྱུང་ཡོངས་རྫོགས་འཆད་བྱུང་མཁན་ཨེ་ཡོད་ན་ལྷན་པར་ལོས་ཡོད། དེ་ནི་ངས་  
ཀྱང་འཆད་བྱུང་སྟེ་དེ་མ་བྱུང་ན་ལམ་རིམ་རི་ལྟར་འཆད། ལམ་རིམ་ལུགས་མཐུན་ཞིག་འཆད་  
ན་བཀའ་འབྱུང་ཡོངས་རྫོགས་ཅིས་ཀྱང་འཆད་བྱུང་བ་དགོས་གསུངས་ཏེ། ཆོས་མི་འབྱུང་བའི་  
རྣམ་ཐར་རོ། དེ་ནས་ལོ་དེའི་དགུན་ཀར་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་སྐྱེ་མཆེམས་སུ་བཞུགས་  
ཅིས་ཀྱིས་ཞལ་ནས། རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཆང་གི་གསང་འདུས་དཔར་མ་དེ་བཞིན་ལས་མས་སུ་འབྱེར་  
རྒྱ་མང་བས་ནས་དུས་དགུན་ཀ་ལ་སོང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཡོང་བར་འདུག དེ་བས་ཁམས་  
གངས་དཀར་སྤིང་གི་གསང་འདུས་དཔར་མ་ནག་པོ་འགྲོ་ཤེས་སུ་བཀོད་བ་ཞིག་ཡོད་སྟེ་  
གདའ་བས། དེ་འཆོལ་བ་ལ་རྒྱགས་གསུང་། དེར་བདུན་ཐུག་གཅིག་ཅུ་ཀྱི་རིང་ཕྱོགས་གང་  
སར་བཅའ་བར་བྱིན་ཀྱང་མ་རྟེན་ནས་སྤར་སྐྱེ་མདུན་དུ་བཅར་ཏེ་མི་འདུག་ལགས་ལྷན་  
པས། ཁྱོད་སོང་བུལ་དུ་འདི་ནས་གཅིག་རྟེན་བྱུང་ཡང་དེ་ཅུ་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཆེར་མི་འདུག་པས་  
སྟོང་འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ། དབུ་ནས་ཞབས་བར་མཐར་ཆགས་སུ་ལན་གསུམ་བཞུགས་པས་དག་  
ལ་འགྲོ་བ་བྱུང་གསུང་། དེ་དུས་དབུ་བྱུར་བུམས་པ་ཡེ་ཤེས་བྱག་གཡོག་ལ་བཞུགས་ཡོད་པས་  
ཁོང་གིས་བརྗོད་རིགས་དུ། ད་རེས་སྟོང་འཛིན་ན་མ་གཏོགས་ཡོང་བར་མི་འདུག་གསུངས་  
ནས་སྤྱོད་ཞལ་འདོན་དང་གསོལ་ང་རྣམས་བྱུང་ནས་བྱག་དཔེ་ལ་གཟིགས་རྟོག་ཁ་ཡང་



མཛད། ཉིན་དགའ་མ་ཟེན་གོང་དུ་ཁོ་པ་ཡར་ཤོག་གསུང་ནས་རྒྱགས་ལེན་དུ་བརྟུག་པས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་ཆད་ལྷག་མེད་པར་བྱགས་ཐོག་ནས་རྒྱ་བརྒྱག་པ་ལྟར་གསུང་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར་ཏེ་པལ་གྱིས་བསྐྱུན་པར་མི་རྒྱས་པའི་ནམ་ཐར་རོ། ། ཡང་སྐབས་སྐབས་སུ་ད་ཆོད་བོད་དབྱས་གཙང་དུ་བསྐྱད་ཡོད་ན་ངས་ཀྱང་སྒྲ་ཆེན་གྱི་ཐོལ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་ཀྱི་རེད་གསུང་གི་ཡོད། ཡང་ལན་གཅིག་མིང་ཉི་མ་ཟེར་བའི་བྲིམ་པ་ཞིག་འོངས་ཏེ་དདུལ་གཡལ་པོ་ཞུས་སོང་བར་ངེ་ཙམ་དགོས་པ་གཡལ་གནང་ནས་ཨ་ཏིག་ཀན་མོས་མཐོང་སར་ཐོ་བསྐྱོན་པའི་ཚུལ་མཛད། དེ་ནས་ཉིན་ཤས་སོང་མཆམས་ཐོ་བསྐྱབས་པ་གནང་ནས་དདུལ་དེའི་ཆོད་ཙམ་ཞིག་དདུལ་ཁྱག་ནས་བཏོན་ཏེ་གསོལ་སྟོག་སྟེང་དུ་འཛོག་པ་གནང་ནས་ཨ་ཏིག་ཡོང་དུས་ཉི་མས་དདུལ་བསྐྱུལ་བྱུང་གསུངས་ནས་དདུལ་ཁྱག་དུ་སྒྲར་བྲུག་པའི་ཚུལ་མཛད་སོང་བ་དང་། དེ་མཚུངས་ཆེབས་རྟ་ཞིག་དང་ཁལ་བྲེལ་ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱ་མས་ངོ་མི་ཤེས་པར་དེད་སོང་བ་ལ་སྐྱེ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་ཅད་གཅོད་བྱེད་ན་ལེགས་ཚུལ་ཞུས་པར་ཞལ་ནས། དེ་སྟོན་ངས་ཁོ་གཉིས་པར་གཡོག་དགོས་པ་ལ་ད་ཕྱིན་ཆད་གཡོག་མི་དགོས་པ་བྱུང་བས་རྒྱ་མས་འཁྲིད་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་བྱུང་། ཅད་གཅོད་ཅ་བ་ནས་མ་བྱེད་གསུངས་ཏེ་བྱགས་དབྱེས་ཆོར་ཆེན་པོ་མཛད། ཅད་གཅོད་ན་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་དུ་ཁྱག་ངས་ཡིན་ཀྱང་སྒྲོས་བཏང་རྒྱང་མཛད་པ་ནི། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་བཏང་གྱོང་དང་བྱབ་ཀ་རང་གིས་ལེན་ཞེས་པ་དངོས་སུ་བྱག་ལེན་ལ་བཀལ་བར་སྒྲུང་རོ། ། ཞལ་ནས་ཀྱང་རྟག་པར་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། ལྟོ་འགྲངས་ཉི་མས་ངོས་ཆེ་ཆོས་པའི་གཟུགས། རྒྱུན་ངན་ཐོག་དུ་འབབ་ཆེ་ཐ་མལ་བ། ཞེས་པ་ལྟར་མ་སོང་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། དེར་སང་ཆོས་མི་ཤེས་པའི་མི་ལ་ལས་བསྟོད་བསྐྱགས་ཡིན་ཁྱལ་གྱིས་ཆོས་པ་སྐྱེ་རྒྱུང་ཆ་པོ་ཡོང་ཟེར་ནས་ཡོན་ཏན་དུ་བརྒྱང་ཞིང་། ཆོས་གཟུགས་ཁོ་རང་ནས་ཀྱང་དེ་བདེན་པར་གོ་ནས་ཁོང་ཁོ་ལ་སྐྱོན་དུ་མ་བལྟས་པར་དང་ལེན་བྱེད་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོང་གི་འདུག་

བས་ཡོངས་སུ་ནོར་འཁྲུལ་རེད་གསུང་གི་ཡོད། ཡང་ཐེངས་གཅིག་པ་ཡུལ་ག་ནས་ཡིན་ཆ་  
མེད་པའི་མི་སྐྱུ་ཞིག་ཡོངས་ཏེ་བདག་གི་བྱ་ཆུང་དུ་ཞིག་ཡོད་པ་འདས་སོང་བས་དེར་སྤྲུགས་  
སྟོན་སྐྱབས་འདུག་ཡོང་བར་མཐུན་ཞུས་པར་ཉེ་གནས་ལ་འདི་ཐབ་ཆང་དུ་ཁྱིད་ལ་སྟོ་སྟེར་  
གསུང་། ཁོ་པ་སོང་རྗེས་གཟེམ་ཆུང་དུ་ཕེབས་ནས་ཞལ་འདོན་གནང་། དེ་ནས་ཡུད་ཅམ་ཞིག་  
རིང་འཇམ་ཐིང་དེར་བཞུགས་པ་ལས་སློ་བྱར་དུ་བྱུག་གཉིས་ཐལ་མོ་བདེབ་པ་དང་བཅས་ཏ་ཏ་  
ཞེས་བཞད་སྐྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཛད་སོང་བས་ཅི་ཡིན་ནམ་སྙམ་དུ་ཉེ་གནས་ལ་དྲོགས་པ་  
སྐྱེས། དེ་ལྟར་མཛད་པ་ནི་སྤར་གྱི་མི་དེའི་སྤྱ་གྲུ་ལ་མཛེན་བྱུང་བས་རྒྱས་མེད་ཀྱི་ལུང་པ་ཞིག་  
ཏུ་ཁྱིད་དེ་པོར་བསམས་ཀྱང་སྤྱ་གྲུ་སྤྱང་བས་པོར་ས་མ་རྙེད་ནས་ཉིན་གཅིག་ཆུ་སྤྱང་གི་འགམ་  
དུ་འཁྱིད་ནས་དེར་སྐྱར་ཏེ་ཕི་བ་གཞིར་བཞག་གིས་བསྟོ་རྟེན་ཕུལ་བར་ཡོང་འདུག་ཀྱང་བྱ་ཆེ་  
མ་ཐད་པའི་སྤྲུགས་ཀྱིས་རྒྱ་རྒྱབས་ཀྱིས་རྒྱ་རོལ་དུ་འཕངས་པས་ཡར་ལངས་ཏེ་ཡོངས་པ་དང་  
དེའི་པ་འདི་ནས་སོང་བ་གཉིས་ཐང་སྤྲད་ཐེར་བའི་གོང་ཆོའི་དཀྱིལ་དུ་བྱུག་སྟེ་པ་རོ་གནོངས་  
ནས་ཐོས་འགོ་ཡིན་འདུག་ཟེར་ཏེ། རྒྱལ་དེ་མཉམ་བཞག་གིས་ངར་ནས་གཟིགས་ཏེ་བཞད་མོ་  
འཆོར་བར་གདོན་མི་ཟུམ། དེ་འདྲའི་རིགས་གཞན་ཡང་མང་མོད་ཀྱང་དེ་ཅམ་དགོས་གལ་མི་  
ཆེ་བས་མ་བྲིས་སོ།།

དགྲུང་གངས་ཉེར་དགྲུ་པ་ལྷགས་ཏ་ལོར་རྒྱལ་ཐང་གྲ་ཆང་གིས་ཞུས་པོར་བདེ་མཆོག་  
གི་བཀའ་དབང་དང་དེའི་སྟོན་འགྲོར་ལམ་རིམ་དང་སྤྲ་མ་ལྷ་བཅུ་པའི་ཁྱིད་སོགས་ཞིབ་ཏུ་  
ཅལ། དབང་དངོས་གཞི་ལ་ནི་དམ་དོག་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མཛད་དེ། ལམ་རིམ་གསུང་གྲུབ་ནས་  
ཆོགས་དབུས་སུ་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ་དབང་མི་མང་པོ་ལ་བསྐྱར་མི་རུང་བས་བྱིད་རྣམས་  
ལོག་འགོ་རོགས་ཀྱིས། སྤྱ་ལོག་ཕྱིན་ན་དེ་ལ་དགའ་བསྐྱུ་ཡོད་ཅེས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་གསུངས་  
ཀྱང་ལོག་འགོ་མཁན་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མ་སོང་བས་དེའི་ཆེ་སྤྲུགས་མི་བདེ་བའི་རྣམ་པས་ཞལ་

མདངས་ཀྱང་འགྱུར་སོང་། ཡིན་ཡང་སྟ་གོན་དགོང་མོར་སྒོ་བཟང་བཟ་གིས་ལགས་ཀྱི་མནལ་  
 ལམ་དུ་མི་དཀར་པོ་རྩས་པའི་རྒྱ་ཅན་ཞིག་གིས་གཤེད་དུ་མཛུབ་མོ་བཅུགས་ནས། བ་ལས་  
 གྲུ་རྒྱུ་ལས་ཆོ་བོ་རྒྱུ་བ་འོངས་ཟེར་བ་ཞིག་མིས་རྩལ་ཞུས་པར། དངོས་གཞིའི་སྐབས་  
 མེ་ཏོག་ཀྱང་ནམ་སྒྲུང་ལ་ཐོག་པ་དང་སྒྱུར་ན་མི་དཀར་པོ་ནི་ནམ་པར་སྟ་མཛད་ཡིན་པར་ངེས་  
 གསུང་ནས་སྤྱགས་དགེས་ཉམས་ཆེན་པོ་མཛད། དེའི་ལོ་རྒྱུས་མར་རི་བོ་བྱ་རྒྱ་དུ་གནས་  
 མཛལ་ལ་ཐེབས་སྐབས་རྒྱ་མོ་ཞིག་གིས་བྱ་རུའི་འཕྲེང་བ་ཞིག་འཁྱེར་འོངས་ནས་རིན་པོ་ཆེ་  
 ལ་འདི་གཟིགས་ཤིག་ཅེས་ཞུས་པ་ན་སྤྱགས་མཉེས་ཆོར་ཆེན་པོས་གཟིགས་ཅིས་མཛད་ཀྱང་  
 ཀྱང་དམར་ཆོས་མཛད་ནས་གཟིགས་སུ་མ་བཅུག་པས་དུས་ཕྱིས་སྤྱང་སྤྱགས་པམ་ཆེན་པོ་  
 མཛད་དེ་དོན་དུ་རྒྱ་མོ་དེ་ནི་རྩོ་རྩལ་འཁྱེར་མ་དངོས་ཡིན་པར་འདུག་ཅེས་སྤྱགས་སྤྱས་སྒོ་  
 བཟང་བཟ་གིས་ལགས་ནས་གསུངས་ཏེ་བདེན་སྟུང་བ་མཆིས་སོ།། གང་ལགས་ཤེ་ན་བྱ་རུའི་  
 འཕྲེང་བ་ལྟ་ཞོག་གི་ནོར་བུའི་ཕྱིང་བ་ལའང་སྤྱགས་འདོད་གཏན་ནས་མེད་པ་གྲུས་ཅག་གིས་  
 མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ།། དགྲུང་གངས་སོ་གཉིས་ཡས་མས་ཤིག་ལ་རིན་པོ་ཆེ་རང་  
 གི་སྤྱགས་ལ་འདོད་པ་གཏན་ནས་མེད་ཀྱང་འཁྱེར་ལྡན་ཞིག་གིས་འགྲོ་གྲོན་ཅི་སོང་ཁོ་བ་རང་  
 གི་གཏོང་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གསོལ་བ་ནན་ཏན་དུ་བཏང་བར་མ་ཟད་སྐབས་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེའི་ས་ནས་  
 ཀྱང་བཀའ་ཞོག་ཞུས་འདུག་པར་བརྟེན་གཟིམས་ཤིག་གསར་བསྐྱུན་བཞུགས་དུ་མ་འཇུག་ཀ་མེད་  
 བྱུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་། ཨར་ལས་འཇུག་མ་འགྲིལ་གོང་དུ་ཁོ་པས་འགན་པོར་ནས་ལོག་ཕྱིན་  
 པས་རིན་པོ་ཆེ་རང་གིས་གཞུག་མ་བསྐྱུལ་ཐབས་མེད་བྱུང་བ་སོགས་འཁོར་གྱི་ལོག་སྐྱུབ་དང་  
 གཞན་ཡང་བཞུགས་མི་སྒྲོ་བའི་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བར་བརྟེན་སྐྱུ་གཤེགས་པར་དགོངས་  
 ཏེ་སྐྱུན་གཞི་བྲག་པོ་བཞེས་ནས་སྤྱིའི་བོད་བསྐྱུ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་དེར་སྤྱིའི་  
 ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་ཐེབས་ནས་བཤུམ་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་ཤུགས་བྲག་འདེབས་པ་དང་

སྒྲིབ་མ་ཞུས་ནས་ཀྱང་མིག་འབྱར་སྒྲིབ་མ་འབྲུག་གི་བར་དུས་ཏེ་ཕྱག་འཆོམ་ནས་གསོལ་  
བ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་ཅེ་ཤེར་དེ་དག་གི་གདོང་ལ་གཟིགས་ནས་སྤྱང་ཤེ་ཇེ་དེ་ལོ་ན་ཀྱང་ལག་  
ཞུས་སྒྲུབ་ཤིག་གསུངས་ནས་ཤིམ་གྱིས་ཤོད་ཞུས་སོར་ཚུད་པའི་ཚུལ་མཛད་དེ་དེའི་སང་  
ཉིན་ནས་དག་སྦྱེད་བཞེས། དེ་དུས་ལྷ་མགྱུར་ཞིག་གསུང་བའི་འབྲུག་བྱང་དུ་ཟག་ཕྱང་འབྱུང་  
འབྲུག་ནད་གྱིས་གཟིང་ཆ་སྐབས་སྒོར་ལམ་ལམ་ཤར་བ་བཞིན་ཞེས་སོགས་གསུང་འདུག་པ་  
ལ་དཔག་ན་སྐབས་དེར་སྤྱང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་མཛོན་དུ་མཛད་ཡོད་པ་ནི་གོར་མ་ཆག །སྒྲུབ་གཞི་  
པལ་ཆེར་དྲངས་པའི་སྐབས་ཤིག་དུ་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱད་བྱངས་ཀྱི་སྤྱུ་ལས། ཤར་ཀྱི་སོ་གངས་  
ཀྱི་རྩ་བ་དེ། ལྷ་བ་དེ་བ་མཆོག་གི་སོ་བྱང་ཡིན། ལྷ་སྤྱང་དུས་ཀྱིས་སྤྱབ་པ་མི་རུས་ཀྱང་། རན་  
སོར་གི་སྤྱོ་སྤྱོ་ཞིགས་ནས་གདལ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་བསྟན་བྱང་བ་དང་། སྤར་  
ཀྱི་ཕྱག་ལས་ཞུས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱགས་སྒྲུབ་ནས་ཀྱི་སོ་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ཡུལ་ཉེར་བཞིའི་ལ་  
བྲལ་ག་མ་རྩ་པར་ཕྱག་ལེབས་ནས་སྤྱབ་པ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཛད་རྒྱུར་ཕྱགས་ཐག་བཅད། དེ་ནས་  
སྒྲུབ་གཞི་ཡོངས་སུ་དྲངས་པ་ན་འཁོར་འགའ་ཞིག་དང་ལྷན་གཅིག་དུ་དེར་ལེབས་ནས་ཕྱག་བ་  
ཚུང་དུ་ཞིག་དུ་བཞུགས་ཏེ་ལོ་འཁོར་གྱི་བར་དུ་ཅེ་གཅིག་དུ་བསྐྱོམས་པས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་  
ལ་སྤྱོད་བ་མཐིལ་བྱིན་འཁུངས་ཏེ་དེ་དང་མཐུན་པར་མགྱུར་དུ་བཞེས་པ་ནི། འདི་ལྟར། མིང་  
ཅ་ཀྱན་ཏོག་གཡོ་བའི་ལས་རྒྱུད་གི་དྲུ་བ། འོད་གསལ་ལ་རྟེ་རྟེའི་མཆོན་ཆས་དུམ་བུ་དུ་བཅད་  
ནས། ལྷན་སྦྱེས་བདེ་བའི་དགའ་སྟོན་ངོམ་མེད་དུ་བྱིན་མཛད། ཁྱབ་བདག་བདེ་ཆེན་སྤྱང་སོས་  
ཕྱགས་རྟེ་ཡིས་སྤྱོད་མཛོད། ཅས་པ་ནས། དབང་གི་རྒྱུད་སྦྱིན་དམ་སྟོམ་མིག་འབྱས་ལྟར་  
སྤང་ཞིང་། མ་དག་སྦྱེ་གི་བར་དོ་སྤྱུ་གསུམ་དུ་སྤྱུར་བྱེད། ཟབ་ལམ་ཤིམ་གཉིས་རྣམ་འཁྱོར་  
ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱོམ་མཐུས། སྤྱུ་གསུམ་གོ་འཕང་མཆོག་དེ་མཐོང་ཆོས་ལ་འབྱུང་ན། ཞེས་  
པའི་བར་དོ། དེ་ནས་སྤང་ཕྱང་གོང་མའི་ཞལ་ཆེམས་ལྟར་ལི་ཐང་དུ་ལེབས་ནས་འཛམ་སྤིང་

རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་མཁའ་སྐྱོད་ཀྱི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་མཛད་པའི་སྐྱེས་མཆོག་དེའི་བྱང་ནས་  
མཁའ་སྐྱོད་མའི་བཀའ་དབང་སོགས་དེའི་ཆོས་སྐྱོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་གསལ་པར་མཛད་དེ་  
དབང་ཡོན་དུ་ཆིབས་བྲེལ་ཡན་ཆོད་བདོག་པའི་དངོས་པོ་ཅི་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་ལྟོས་མེད་དུ་  
བྱུང་། དབང་གལ་དུ་སྒྲ་མ་བགྲེས་པོ་དེས། དེ་ནི་སྒོ་བདེའོ་ཞེས་ལན་གསུམ་གསུངས་ནས། རིང་  
མིན་སྐྱ་གཤེགས་འདུག་པས། དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་ལ་ཉེ་བར་བཞུགས་པ་ནི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱ་ག་  
པར་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ།

དེ་ནས་རྒྱལ་ཐང་ལ་ཕྱིར་ཕེབས་ནས་རེ་ཞིག་སྐྱ་མཆོམས་ལ་བཞུགས། སྐབས་དེར་མི་  
ཉག་སྒྲིད་ལེགས་རིན་པོ་ཆེ་ཞུ་བ་ལུང་རྫོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ། དེ་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་པ་དང་  
ཞལ་འཛོམས་ནས་པན་ཚུན་དུ་གདམ་པ་གསལ་རེས་མཛད། དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བཀའ་དབང་  
ཡང་ཐོག་མར་ཁོང་གི་བྱང་ནས་གསལ་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམ་གཉིས་  
བྱུགས་ཡིད་གཅིག་འདེས་སུ་གྱུར། དེ་ནས་སྒྲར་ཡང་ར་ལྷག་སོགས་སུ་ཕེབས་ནས་འགྲོ་བའི་  
དོན་མཛད་ཅིང་། ལྷག་པར་ནག་ཕྱོགས་དབྱུང་གིས་རྒྱལ་བསྐྱེད་མིང་མེད་དུ་འཛོམས་པ་ལ་ཉེ་  
བའི་དུས་འདིར་འདུལ་བྱ་དམན་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐར་པའི་ས་བོན་བསྐྱེད་པ་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་  
དགེ་ཆོགས་སྤེལ་བ་ལ་སྐྱ་གསུང་བྱུགས་རྟེན་བཞེངས་པ་ལས་ལྷག་མེད་པར་དགོངས་ཏེ་དད་  
ལྷན་རྣམས་ལ་དེ་ལུགས་ཀྱིས་ཞལ་ཏ་གནང་། དེ་ཡང་རྩིས་མཛེས་དགོན་དུ་རྩེའི་འབྲ་སྐྱ་ཐོག་  
ཆོད་གསུམ་ལྷན་ཅིག་གསེར་ཟངས་ལས་བཞེངས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་གནང་བ་ལྟར་དེ་མ་ཐག་  
བཞེངས་ནས་སྐྱ་གསུང་ལས་མ་འགོར་པར་ལེགས་པར་བྱུང་། ཡིན་ཡང་སྐྱའི་ཆ་ཆོད་དང་སྐྱར་  
ན་གསེར་སྲང་ལྷ་བཙུ་ཅམ་དགོས་རྒྱུ་ལ་ཐབས་ཅི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་གསེར་སྲང་བཙུ་བདུན་ལས་  
མ་འགྱུར་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་བའི་ཆེ་ཉིན་གཅིག་གསེར་རྣམས་རྒྱལ་ལ་འབྱེར་ཤོག་  
གསུང་ནས་རྣམ་སྲས་ཀྱི་སྐྱའི་མདུན་དུ་བཞག་སྟེ་བྱུགས་སྒོན་ཡུན་རིང་གནང་། དེའི་ཕྱི་ཉིན་

གསེར་རྒྱུ་མཉམ་པ་མཆོར་གནང་ནས་སེར་སྒྲིལ་གྱི་ཤེད་པར་གང་ན་ཅི་དགོས་པ་མཐུག་པའི་སྐབས་སུ་གསོལ་ཅིག་ཅེས་བཀའ་ཤེས་པ། བཟོ་བ་རྒྱུ་མཉམ་པ་གྲང་པངས་སེམས་མེད་པར་བྱུག་སྟེ་སྐྱེ་ཡོངས་སུ་ཁེབས་པ་བྱུང་བས། འདི་སྐབས་པ་མཉམ་པ་གང་ཡིན་ཟེར་དགོས་པ་བྱུང་། དེ་དང་འབྲེལ་བར་འབྲོག་པ་ཨ་འཇམ་ཟེར་བས་རྩེ་ལམ་སྤྲས་ཀྱི་འཇིམ་སྐྱེ་རྒྱུ་དུ་བཞེངས་ཅིས་ཤིང་པ་ནའང་གསེར་ཟངས་ལས་བཞེངས་ལ། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ཐོག་ཆད་གསུམ་དང་སྤྲས་གཉིས་ཐོག་ཆད་ཤིང་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་བཞེངས་ཤིག་གསུངས་པས་ཁོ་པ་ཏ་ལས་ཏེ་དེ་འདྲའི་འབྲོར་པ་ཆ་ཤས་ཅིམ་ཡང་མེད་ཚུལ་ཞུས་པ་ན་ཁྱོད་ལ་ལས་དང་སྐྱེལ་བ་ཡོད་པས་འགྲུབ་ཡོང་། བརྒྱུ་བྱ་ལོན་ཆགས་ནའང་ངས་བསལ་གྱི་གསུངས་པས་གཞི་ནས་ཁས་ལེན་ཞུས་ཏེ་ལམ་སེང་འགོ་བརྒྱུ་མཉམ་པས་ལོ་གཅིག་གི་ནང་རྒྱུད་དུ་རབ་གནས་དང་བཅས་པ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བས་སྒྲིལ་མེད་ཀྱིན་སྐབས་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་གྱུར། དེ་ནས་རྒྱལ་ཐང་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཤེས་ནས་དུས་ལུན་རིང་པོའི་བར་དུ་སྐྱེ་མཆམས་དམ་པོར་བཞུགས། དགྲུང་ལོ་སོ་ལྔར་ཤེས་པ་སྒྲང་གི་ལོའི་གསར་ཆེས་སུ་རྒྱལ་ཐང་རོང་པོ་ཁང་ཆོན་གྱི་འཐུས་མི་འགའ་ཞིག་འོངས་ནས་སྐྱེའི་མཆམས་ཞུ་དང་འབྲེལ་ཁང་ཆོན་གསར་བསྐྱེད་མི་ཤིང་ཀ་མེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་དུ་ཞུས། ཡིན་ཡང་གཅིག་དུ་ཁང་ཆོན་ལ་འབྲོར་པ་མེད་ཅིང་། གཉིས་སུ་བདག་ཅག་མི་ཤེས་སྒྲིངས་སྤྱི་བཤུག་ལ་སོང་འདི་ཐད་རིན་པོ་ཆེ་རང་ནས་དབྱ་འདེན་དང་མ་ཤེས་བཀའ་སློབ་ཡོང་བ་མཐུན་ཅེས་ཞུས་པ་ན། འབྲོར་པ་མེད་པའི་སེམས་ཁུལ་བྱ་མི་དགོས་ཀྱི། ངས་འགོ་འདོན་ན་མཐར་འཁྱོལ་འགོ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཡོད་གསུངས་ཞལ་གྱིས་བཞེས། དེ་ནས་མི་རབས་དུ་མར་སྒོ་དབྱེ་མ་སྒྲོང་བའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་པོའི་རྟེན་སྐམ་ཤིན་དུ་བཀའ་གཉན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་སྒོ་ཕྱེ་ནས་ནང་དུ་ཤར་གྱིས་ཤེས་ནས་ཆོས་སྒྲོང་དངོས་སུ་བཞུགས་པར་གྲགས་པའི་ཞལ་ཐང་བཟླར་མི་བཟོད་པ་དེ་ལ་འགོ་པ་སོ་སོས་ནས་ཕུལ་བའི་སྐྱེད་ཤུག་རྒྱུ་རྒྱུ་མཉམ་པ་སྒོན་ཏེ་ལུན་རིང་པོའི་བར་དུ་ཐུགས་སྒོན་



གནང་ནས་བཞུགས། དེ་ནས་ཕྱིར་ཕེབས་ཅིས་མཛད་པ་ན་གཞན་གྱིས་མཐོང་སྤང་ལ་སྐྱེ་བྱུང་  
 ནས་ཡར་འཐེན་པ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སོང་བས་སྤར་ཡང་ཡར་ཕེབས་ནས་ཅུང་ཟད་བཞུགས། དེ་  
 ནས་མར་ཕེབས་དུས་སྐྱེ་བྱུང་ཉུང་མཇུག་དར་ཞིག་འབྱར་འདུག་པ་དེ་ལ་མཐུད་པ་བྱུག་པོར་ནས་  
 འདི་ཁྲིད་ནམས་ཀྱི་ལག་སྐྱམ་ནང་དུ་སྒྲུག་ལ། ད་ཕྱིན་ཆད་སེམས་ལ་གང་ཤར་བ་ལག་ལེན་དུ་  
 ཁྲོས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ། དེ་ནས་ལས་འགོ་བཙུགས་པ་ན་ཆོང་དང་ཨར་ལས་སོགས་གང་  
 ལའང་མི་སྲིད་པ་ལྟ་བུའི་ལས་འགོ་བྱུང་བས་སྒྲ་བ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་འགན་སྒྲ་མེད་པའི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དེ་ལེགས་སྒྲུབ་བྱུང་ཞིང་། ས་བཟུང་ཡང་རིན་པོ་ཆེ་རང་ནས་འགོད་གནང་བར་  
 བཞེན་སྲས་ཀྱང་དབྱུས་གདགས་སུ་མེད་པ་དེ་བྱུང་ངོ་། ། འདྲུལ་ལོ་ས་གཞིར་ཨར་ཀ་བཏིངས་  
 ན་བཟེས་སོང་ཆོར་གཞོད་པས་པང་གཙལ་བཏིང་ཤོག་དང་། དེས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་སྒྲུབ་ལ་དེ་ནས་  
 བརྗེ་ཆོག་གི་རེད་གསུངས་པ་ནི་མ་འོང་ལུང་བསྟན་དུ་མངོན་ཏེ་དུས་དེ་ནས་བཙུགས་པའི་ལོ་ངོ་  
 ཉི་ཤུ་སོང་བ་ན་དགོན་སྡེ་ཡོངས་རྫོགས་སྒྲ་སྒྲོས་ཅ་མེད་དུ་བཞུགས་པའི་ཕྱིར་ངོ་། ། ཡང་  
 སྐབས་དེར་ཨར་པོའི་འགོ་བ་འགའ་ཞིག་འོངས་ནས་ད་གསེར་ཤོག་སྒྱར་རན་ཀྱང་བམ་ཆག་  
 གཅིག་གིས་མ་འདེངས་ཚུལ་ཞུས་པ་ན། བམ་ཆག་གཅིག་ཡོད་འགྲོ་བྱེད་མཆོད་བཟང་བྱུག་སོང་  
 ལ་བཙུགས་ཤིག་གསུང་། དེར་ཁོ་པས་བཙུགས་ཏེ་དེ་ལས་མི་འདུག་ཞུས་ཀྱང་མ་གསན་པར། ཁོང་  
 གིས་ནོར་བ་ཡིན་འགྲོ་སྒྲོ་བཟང་བྱུག་ཆོགས་སོང་ལ་བཙུགས་ཤིག་གསུངས་པས། བཙུགས་ཏེ་སྒར་  
 ལྷར་ཞུས་ཀྱང་ད་དུང་སྒྲུགས་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཁར་ལམ་རྒྱ་བོ་རང་རྒྱུག་ལ་བཙུགས་  
 ཤིག་གསུངས་པས། ཁོས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བཙུགས་ཏེ་དེ་ལས་མེད་ཐག་ཆོད་རེད་ཞུས་  
 པ་ན། ཡར་བཞེངས་ཏེ་ད་ལོ་ན་ང་ཆོ་བསྟན་འགྲོ་གསུངས་ནས། དེའི་འཁྲིས་སུ་ཕེབས་པ་ན་  
 མིག་འཕྲུལ་ལྟར། བམ་ཆག་གཅིག་གསེར་ཤོག་སྒྲུབ་པོའི་སྟེང་དུ་བསྐྱུལ་འདུག་ཟེར་ཏེ། མཁར་  
 ལམ་རྒྱ་བོ་རང་གི་ངག་ལམ་ནས་ཐོས་སོ། ། ཁོ་པ་དེ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དད་གུས་ཆེར་མེད་

ཀྱང་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཡིད་ཆེས་པ་བྱུང་འདུག དེ་ལྟར་དངོས་སུ་སྤྱལ་བའི་སྐད་མ་མཛད་པར་  
ཁོ་པ་ཆོའི་བཅིས་ནོར་བ་ལ་བསྟད་མཛད་པ་ནི་ཡོན་ཏན་མངོན་གསལ་ཅན་སྟེད་པའི་དོན་དུ་  
ལོ། ། གཞན་ཡང་སྐབས་དེར་གསེར་སྒྱ་མང་པོ་ལ་འབྲལ་རྒྱས་མཆོན་གསེར་པོན་ཆེན་དགོས་  
པར་བརྟེན་ལམ་མདའ་ཟེར་བར་གསེར་བསྐྱོ་བྱ་བཏང་བ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
སྟོན་ཆད་བྱུང་མ་སྟེང་བ་ལྟ་བུའི་གསེར་མང་དུ་སྟེད་ཀྱང་། དུན་རིང་མ་སོང་བར་ཁམས་པ་གི་  
བསགས་ཟེར་བ་མི་ཉམ་ཆེན་ཞིག་གིས་དྲག་ཆས་སྤྲས་པའི་དམག་མི་སུམ་ཅུ་ཙམ་འབྲིད་ནས་  
གསེར་བསྐྱོ་བྱ་མི་འཇུག་པར་བཀག་འདུག་པས། གནས་ཚུལ་དེ་སྟན་དུ་གསོལ་བ་ན་ཞལ་  
ནས་མི་དེའི་མགོ་ལ་གཏོར་མ་གཅིག་འཕངས་དགོས་པ་འདྲ་ཞིག་འདུག་སྟེ་སྟོང་རེ་རྗེ་ཨང་  
ཞེས་པ་ཞིག་ཞལ་ནས་ཐལ་བས། དེ་མ་ཐག་ལྟ་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་པའི་སྟོག་དབུགས་ལེན་  
འདུག་སྟེ་མངོན་སྟོན་ལ་མངའ་བཞེས་པའི་མཆོན་རྟགས་ཤིག་གོ ། གནས་ཚུལ་དེ་གསན་འཕྲལ་  
ཕྱག་བཅུབ་སྟེ་ཐུགས་པམ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོས་ཁོ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་ཆང་སོགས་སུ་མཆོད་འབྲལ་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པར་མ་ཟད་རིན་པོ་ཆེ་རང་གིས་ཀྱང་ཉིན་ཞག་དུ་མའི་བར་དུ་ཐུགས་  
སྟོན་གཟབ་ནན་གནང་འདུག་པས། མི་དེ་ཡང་སྤྱོད་གནས་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་གདོན་མི་  
ཟེམ། དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཐོས་ཀྱང་གིར་མི་ལང་ངོ་། ། སྐབས་ཤིག་  
རྗེ་མ་མཛས་དགོན་དུ་ཕེབས་ནས་གདུལ་བྱ་ཁྱི་ཁྱག་བཞུལ་བར་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་  
བཀའ་དབང་སྤུལ། དེ་དུས་ཉིན་རེ་བཞིན་རྣམ་བཏུ་དབང་ལྡན་ཀྱི་གཞུགས་འདྲ་བའི་འཇའ་ཆོན་  
ཤར་བ་སོགས་རྟགས་དང་མཆོན་མ་བཟང་པོ་བསམ་ཀྱིས་མི་ཁྲབ་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ར་ལྟག་  
དགོན་དུ་ཕེབས་ནས་ཐོགས་དེའི་སྒྱ་སེར་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐོར་གསུངས་ཏེ་  
སྟོན་སྟོང་དག་སྤྱབ་ཀྱི་སྟོང་དོར་ལ་བཀོད། དེར་བྲིམ་པ་ཞིག་ལ་ཕྱག་དདུལ་གང་འཆམས་  
ཞིག་སྤུལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་འདི་ལ་གཅེས་སྤྲས་དང་གཙང་སྤྱ་ལེགས་པོ་བྱོས་དང་། ཤོག་དུག་

སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པའང་སྟིན། གང་ལྟར་ཡང་རྒྱ་བ་གཅིག་གཉིས་ལས་མ་འགོར་  
བར་ཐག་ཆོད་འགྲོ་གསུང་སྟེ། གང་གསུངས་པ་ལྟར་བྱུང་འདུག དེར་ཁྱི་རྩི་མེད་པའི་གདུང་  
རྟེན་ཁང་དུ་བཞུགས་དུས་ཤིག་རྒྱ་བ་གཅིག་གཉིས་ལས་དུ་གྲུབ་དབང་འཛིགས་མེད་བསམ་  
གཏན་རིན་པོ་ཆེ་དང་མངལ་ནས་རྟ་མགིན་གྱི་དབང་ཆེན་ཚོགས་པར་ཞུས་ཏེ། སད་ནས་ཀྱང་  
བྱུག་ལེན་སྤྱོད་ཆུན་ཡང་མ་མཉེལ་བ་སྤྲུགས་ལ་ཁྲ་ལྷམ་མེར་འདུག་གསུང་། ར་ལྟག་ཡིན་ནམ་  
གང་ལྟར་ཡང་དེ་ཕྱོགས་ཀྱི་དགོན་པ་ཞིག་དུ་བཞུགས་དུས་ཤིག་ནག་ཕྱོགས་པའི་འཕྲུལ་གྱིས་  
དགོན་དེའི་གྲྭ་ཆང་གི་ཕྱོགས་གཅིག་རལ་ནས་རིན་པོ་ཆེའི་གཟིམ་རྒྱུད་གི་སྟེང་དུ་ལྷུངས་སྟེ་  
ལྷམ་དང་དེས་མ་སོགས་མདའ་གཞུ་ལྟར་གྱུར་ཀྱང་ཀྱང་ཐོག་གི་ས་རྩོ་སོགས་གནམ་ལ་ཡང་འཐོར་  
ཏེ་གཟིམ་རྒྱུད་ནང་དུ་རྩལ་སྤྲུལ་ཅན་ཡང་མ་བྱུང་བས་ཀྱན་ཀྱང་ངོ་མཆར་ཏེ་ཨ་ལ་ལའི་སྐྱོ་སྐྱོག་  
པ་བྱུང་སྤང་ངོ་།། དེར་བཞུགས་དུས་ཤིག་རྒྱལ་ཐང་རོང་པ་ཁང་ཆོན་ལ་འཕྲིན་ཡིག་བཏང་ནས་  
མཁན་བྱུང་ཀྱན་མཁུན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྤར་གྱི་རྟེན་སྐམ་ཁ་བྱེ་ནས་ཆོས་སྦྱོང་གི་ཞལ་ཐང་གང་  
བྱས་འདུག་གཟིགས་སུ་རྒྱག་ཅིག་གསུངས་པ་ལྟར། གཟིགས་སུ་བཅུག་པས་ས་ལ་ལྷུངས་  
ནས་འདུག་ཟེར་ཏེ། ཐག་རིང་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས་པའོ།། སྐབས་ཤིག་རྒྱལ་ཐང་  
དགོན་ཆེན་དུ་བྱང་རྒྱལ་ལས་རིམ་ཆེན་མོའི་ལྷགས་ཁྱིད་ཞིབ་རྒྱས་སུ་སྦྱལ་ནས་དེའི་མཇུག་དུ་  
གསང་བའི་འཛིགས་གསུམ་གྱི་བཀའ་དབང་ཡང་སྦྱལ། དེ་དུས་ཡེ་ཤེས་འབེབས་གཞུག་གི་  
སྐབས་སུ་སྐལ་ལྷན་གྱི་སྟོབ་མ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡེ་ཤེས་པ་དངོས་སུ་ཞུགས་པའང་བྱུང་།

འོན་ཏེ་མངོན་ཆོན་ཆེས་ན་དུས་དང་མི་འཆམ་པར་དགོངས་ཏེ་དེ་མ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་  
གཤེགས་སུ་གསོལ་སྤང་ངོ་།། ཕྱོགས་མཚུངས་གྲུབ་དབང་རབ་འབྱམས་པས་ལམ་རིམ་རྩེ་  
གཅིག་དུ་བསྐྱོམས་པའི་སྐབས་ཤིག་ན་བར་ཆད་ཀྱི་ནམ་པས་ཅིག་པ་བྱེ་ནང་མེད་པར་སྐྱིབ་  
མེད་དུ་མཐོང་བ་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་ལ་གང་བྲན་བ་ཤེས་པ་དང་། བྱམས་སྤྱིང་རྗེའི་དམིགས་

རྣམས་ཡིད་ལ་བྱས་ཅིན་ནས་མཆི་མ་ལྟར་བ་དང་། ལུས་ལ་བདེ་ཉམས་དང་སེམས་ལ་གསལ་  
སྤང་སོགས་བྱུང་བའི་གོ་འཕང་དངོས་སུ་བརྟེན་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་བ་ན་བྱུང་བུ་ཤོག་གསུངས་  
ནས་ཉགས་གསལ་ཆོག་འགའ་ཡང་འཕེན་བ་གནང་བ་ན་དེ་མ་ཉིད་དུ་ཡར་གྱི་ཉམས་ཐམས་  
ཅད་འཇའ་ལྟར་ཡལ་སོང་བས། བར་ཆད་བྱུང་འདུག་སྟམ་ཡིད་པམ་ནས་དུས་པས་ཁྱོད་ཡིད་  
པམ་མི་དགོས་གསུངས་ནས་དེ་བྱིན་ཆད་བདུད་གིས་སྒྲགས་མི་རྟེན་བའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་  
ཞིག་སྟལ་འདུག དུས་བྱིས་ཐུན་ནས་ཁོང་ལ་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཞུས་པར་ཕྱང་  
སོར་བདུད་གིས་ཅུང་ཟད་བྱིན་གིས་བརྒྱབ་པར་འདྲ། དེ་སྤྱར་མ་བཅོས་པར་བཞག་ན་ད་ཆོད་  
ཅིན་འཇམ་སྤིང་ན་སྐད་གསལ་ཅན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རྒྱ་རེད་དེ་འགྲོ་བ་མང་པོ་ཕྱང་རྒྱ་རེད་  
གསུང་། དེ་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ་བྱིར་མ་ལང་ངོ་།། དགྲུང་གངས་སོར་དགྲུ་  
ཡས་མས་ཅིན་ལ་འབའ་དང་ཆ་སྤེང་སོགས་ཡུལ་ཕྱང་མང་པོར་ཞབས་གིས་བཅགས་ནས་  
གདུལ་བྱའི་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པར་མཛད། དད་བའི་ཤུགས་གིས་མཇལ་ཁ་ཞུ་མི་ཡང་ཉིན་རེ་  
ལས་ཉིན་རེར་རྗེ་མང་ལ་སོང་བས་ཅུང་ཟད་སྤྲུགས་བསུན་ནས་པར་ཅིན་སུ་ཡང་མི་གཏོང་བར་  
བཀག་འཁོག་གནང་། དེའི་བར་ན་ཐག་རིང་ནས་ཆེད་དུ་ཞལ་མཇལ་ཞུ་བར་ཁོངས་མི་མང་དུ་  
འདུས་ཏེ་སྤྲུག་བསྐྱད་པར་གཟིགས་ནས་སྤྲུགས་གིས་མ་བཟོད་པར་ཉིན་གཅིག་མཇལ་ཁ་  
བསྐྱེབས་ལ་བཏང་གནང་བས་ས་སྤོས་གི་བར་དུ་ཐག་མ་ཆོད། མི་འཁོར་མང་བའི་དབང་གིས་  
འབྲུལ་བ་རྣམས་སྤྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱངས་པས་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོར་གྱུར། དེར་སྤྲུག་དབྱུག་རིང་པོ་  
ཞིག་གིས་དུམ་བུ་བཞིར་བཅད་ནས་གསུམ་དགོན་ཁག་གསུམ་ལ་དུམ་བུ་རེ་རེ་དང་གཅིག་ལྟ་  
ལྟ་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོར་བསྟེན་བཀྱར་ཞུ་བྱེད་དུ་སྟལ་བྱུང་སྟེ། དདུལ་རྩ་ཡང་དཀར་པོ་སྟོང་  
སྤྲུག་ལྟ་ཅིན་ཞིག་འདུག དེ་རྣམས་གཡས་པོར་གཡོན་ཐག་ཏུ་མ་སོང་བར་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོར་  
མང་ཇ་ལག་འདོན་དང་སྤྱེ་འབྱེད་སོགས་ཟབ་རྒྱས་ཕྱལ་ནས་སྤྱབས་པོ་དང་ཅིས་སྤྱ་སོགས་བྱིར་

འབྲུལ་ཁྱུས་པས་སྤྲུགས་དགྲེས་པའི་མཐར་སྤྲུག་ཏུ་གྱུར་འདུག སྐབས་འདི་ཤེད་ཏུ་སློབ་མ་འགའ་  
 ཞིག་གིས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ངོར་རྒྱན་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་འབྲུ་འགྲེལ་ངོ་མཆར་མཛད་ཏུ་བྱུང་བ་  
 དེ་ཉིད་ལྷགས་ཚུམ་མཛད་པས། ཟུར་གནས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུགས་འཕྲོགས་ཏེ་བསྐྲུགས་  
 པའི་མེ་ཏོག་ཅི་ཡང་འཐོར་བ་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ། འོན་ཏེ་འདུན་སྤང་མོངས་པས་འགྲོ་བ་ལ་ལ་  
 བྱི་འདི་སྐད་འཛེར་ཏེ། སྟོན་ཤོན་མཁས་པའི་གསུང་ལས་ལྷག་པ་ནི་སྤྲུལ་གྱི་ངོ་མི་ཐོགས་པས་  
 བཅུམས་པ་དོན་མེད་ཅེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལས་ལྷག་པ་ནི་སྤྲུལ་གྱི་ངོ་  
 མི་ཐོགས་པས་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་སོགས་ཀྱིས་དགོངས་འགྲེལ་བཅུམས་པ་ཡང་དོན་མེད་  
 དོ། ། ཞེས་སློམ་ཤིག་དང་། ཁྱེད་ཅག་གཟི་བརྗེད་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། ། ཕྱིས་སྤྱི་འཇུག་སྤེལ་  
 གྲོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་ནས་བྱམས་ཆོས་ཀྱི་མ་བཞིའི་མཆན་འགྲེལ་རེ་མཛད་པར་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པ་ན་འང་འདི་དག་འཆོགས་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱི་ཞག་ཉི་ཤུ་ལས་འགོར་མི་ཡོང་ཞེས་ཞལ་གྱིས་  
 བཞེས་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཉི་གཞས་སློ་བཟང་བཟ་ཤིས་ལ་ནང་མོལ་རྩལ་དུ་དབྱུ་མ་དང་འདུལ་  
 མཛོད་ལ་སྤྲན་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཡོད་པས་འགྲེལ་བྱེད་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་པར་དགོངས་  
 འགྲེལ་བཅུམས་སྤྲུལ་པ་ཡོད་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་འདུག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་མཆན་འདི་དག་གི་ཐོག་  
 རྣམས་སྤྱི་ཆེ་འདིར་གསར་དུ་སྦྱངས་དགོས་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་པའང་ཡང་དག་པར་གསུངས་  
 པ་དང་། བདེན་པར་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ཏུ་གསུངས་པར་ཤེས་ཀྱས་པ་སྟེ། གང་གི་  
 ཕྱིར་ན། སྤྱི་ཆེ་འདིར་གྲ་སར་ལོ་རེ་བྱང་ཅམ་ལས་བཞུགས་ལོངས་མ་བྱུང་ཞིང་། དེའི་རིང་  
 ལའང་པལ་ཆེར་དབང་ལུང་མན་ངག་གསན་པ་སོགས་ཀྱིས་དུས་འདས་ཏེ་གཞུང་ཆེན་གཞན་  
 དག་ལྟ་ཞོག་གི་པར་ཕྱིན་གྱི་མཆོད་བརྗེད་ཅམ་ཡང་གཞུག་འཁྱོལ་བ་གཟིགས་ལོངས་མ་བྱུང་  
 བ་དེ་ལྟར་ཡང་། མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་གང་ལའང་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བ་དེ་  
 འདྲ་ནི་ཆེ་རབས་སྟོན་མ་རྣམས་སྤྲུལ་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ན་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་

ལས་འོས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། དགྲུང་ལོ་ཞེ་གཅིག་པ་ཤིང་ལུག་ལོར་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་སྐྱེ་ཆ་བ་  
དུ་ཞལ་སྡེ་ནས་འཇམ་མགོན་ཁྲི་བྱང་རྡོ་རྗེ་འཆང་ཆ་སློང་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་ཚུལ་གསན་པ་ན་  
འབྲུམ་མར་རྒྱལ་ཐང་ནས་ཕྱག་བཏེག་སྟེ་ཉིན་ལམ་མང་པོར་སྐྱོང་ལ་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་མཁྱོགས་  
ཤོས་སུ་ཕེབས་ནས་ཆ་སློང་དུ་ཞལ་མཇལ། དེའི་ཆེ་ཡལ་སྲས་གཉིས་མ་མཇལ་བར་ཡུན་རིང་  
པོར་སོང་བར་བཏེན་ཐུགས་དགུས་མཉེས་ཆེན་པོ་བྱུང་། དེ་ནས་བཟུང་རི་སྟོང་ཞལ་མ་གྱེས་  
བར་དུ་ཞག་གངས་མང་པོར་མཉམ་ཕེབས་དང་མཉམ་བཞུགས་མཛད་ནས་གདམས་པ་དང་  
རྗེས་སུ་བསྟན་པ་མཐའ་ཡས་པ་གསན། ལན་གཅིག་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་ལ་མཆོད་བཞིན་  
པའི་སྐྱེ་ཤམ་བསེལ་ནས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བར་གཡོགས། རྒྱན་དུ་མཆོད་ཅིག་ཅེས་གསུངས་པས་  
མཆོན་ཐུགས་དགུས་ཆོར་ཆེན་པོ་གཞན་དང་མི་སྟོམ་པ་མཛད། འདིའི་སྐོར་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་  
ཆེའི་མཛད་རྣམ་ཆེན་མོར་ཡང་ཟུར་ཅམ་གསལ། ལྷག་པར་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་པོ་བྲང་  
ཁྱད་པར་ཅན་ཀམ་པོ་གནས་ཞེས་གྲགས་པ་དེར་བདེ་མཆོག་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་བཀའ་དབང་  
གསན་ཏེ་དབང་ཡོན་དུ་གསེར་སྤང་སུམ་ཅུས་ཐོགས་བྲངས་འབྲུམ་བ་ཤིན་དུ་དབང་མཐོ་བ་  
ལུལ། དེའི་ཆེ་ཐུགས་དགུས་ཆོར་རི་ལྷར་བྱུང་བ་ནི་བདག་ལ་སྦྱལ་བའི་ཆབ་ཤོག་དུ་གསུངས་  
པ་ལྷར་ཏེ། ཁྱོས་བྱེད་ལོ་འགོར་བཀའ་བྲིན་གསུམ་ལྟན་རྗེ། ཀུན་མཁྱེན་རྩ་མ་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་དངོས་ཀྱི། དགེས་ཞལ་རྩ་བ་བདུད་ཅིར་ལོངས་སྟོང་པའི། སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན་  
ལེགས་བྲིས་དཔལ་ལ་འཁྱུ། གདོད་ནས་ཡོངས་བྱུང་ཏེ་རུ་ཀའི་མཐུལ། འོག་མིན་ཀ་མ་རྩ་  
པའི་གནས་མཆོག་ཅེས། ཉི་ལྔས་ན་ཆ་དབྱངས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཀུན། རྒྱ་ཀ་རྒྱ་ཀའི་ཆོགས་  
ཀྱིས་བཏུམས་པ་དེར། གང་གི་རྡོ་རྗེའི་ལུས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། འོད་གསལ་རྡོ་རྗེའི་ལང་ཆོ་  
སྟོན་བྱེད་དབང་། གཞི་རྒྱུད་རྡོ་རྗེའི་མཛོད་དུ་ལེགས་བསྐྱེལ་ནས། གསང་མཐའ་རྡོ་རྗེ་སྟོང་  
པོར་ལམ་དུ་བཀྱི། ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་སོ། བཀའ་དབང་གྲུབ་འབྲུམ་ཡལ་སྲས་ལྟན་ཅིག་



ཆེབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་གྱིས་བསྐྱོད་དེ་འབའ་ཆོས་སྡེ་དགོན་པར་བྱག་ཐེབས།། དེར་  
 སྐབས་རྗེ་དོ་རྗེ་འཆང་ནས་ཡལོང་ས་མཆོག་གིས་གསོལ་རས་སུ་སྦྱལ་བའི་དམ་ཆས་དང་མང་  
 འགྲེད་སོགས་སྟོབ་པ་དང་ཆབས་གཅིག་ཆོས་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་སྟོབ་ཟབ་མོ་གནད་  
 ཏུ་སྦྱིན་པ་སྦྱལ། རིན་པོ་ཆེ་འདི་བར་ཆོས་སྡེ་དགོན་པས་ཡུན་རིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་སྟེ་  
 དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་བསྐྱར་ཅིས་ཀྱིས་རྩལ་ཆོན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བཞེངས་ནས་  
 བྱལ་བ་ན་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་གདན་དྲངས་ཏེ་སྤྱན་བསྟར་ཞུས་པས་ལེགས་སེའི་བཀའ་  
 ཐེབས། དེའི་ཆེ་ཡལོང་ས་མཆོག་བྱང་ལམ་བརྒྱད་ནས་ཆབ་མདོར་མགྲོགས་སྤར་ཐེབས་ཚུལ་  
 གསན་པས་ཡུན་རིང་བཞུགས་ལོང་མ་བྱུང་བར་དེ་འབྲལ་དབུས་ཕྱོགས་སུ་ཐེབས་དགོས་ཤར་  
 བས་ཐེབས་ཀར་གཟིམ་ཆུང་དུ་བཅར་ཏེ་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་ཡུན་དུ་བརྟན་པ་སོགས་ཀྱི་གསོལ་  
 བ་གདུང་བྱགས་དག་པོས་བཏབ་སྟེ་བྱགས་སྤེང་བཞིན་དུ་ཡབ་སྲས་ཞལ་འགྲེས། དེ་ནས་སྐྱེ་  
 སེར་ཁྱི་སྒྲག་བཀྲལ་བ་ལ་ལམ་རིམ་དང་སྒྲ་མ་ལུ་བཅུ་པའི་ལྷགས་ཁྱིད་སོགས་སྟོན་དུ་བཏང་  
 ནས་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བཀའ་དབང་སྤྲོ་ཆོས་སུ་མ་སོང་བར་རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
 རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱར་བར་མཛད། དེ་དུས་སྒྲ་སྦྱལ་ཆེ་ཁག་དང་དགེ་བཤེས་མཁས་དབང་དུ་  
 མ་འདུས་པར་བརྟེན་དབང་བཤད་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པར་བཀའ་སྦྱལ་བས་མཁས་པ་རྣམས་ཡིད་  
 འཕྲོག་ཏེ་རྗེ་ཡབ་སྲས་དངོས་སུ་ཕྱོན་ཡང་འདི་ལས་ལྷག་ཅིག་གསུང་ཐབས་ཅང་ཡོད་དམ་ཞེས་  
 སྤེང་བའང་བྱུང་འདུག ས་ར་ཨ་ཆོམ་ཞེས་རྟོག་གོ་མགོ་མཁྱེགས་གདན་ས་གསུམ་ན་སྐད་  
 གྲགས་ཅན་དེས་ཀྱང་ཞབས་ལ་གཏུགས་ནས་སྒྲ་མར་བཀྱར་འདུག་ན་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་  
 ལྟ་མོས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་དགོས། བཀའ་དབང་དངོས་གཞིའི་ཉིན་ཡེ་ཤེས་པ་དབབ་པ་དང་དུས་  
 མཆུངས་སུ་གངས་ལྷ་བ་ལྷུ་བ་ཏུ་འབབ་སྟེ་འདབ་མ་རེའི་རིང་ཆད་ཀྱང་མི་ཆེན་པོའི་མཐེ་བོང་  
 ཅམ་འདུག་ཟེར་ཏེ། རོན་དུ་ཉི་ལྷའི་མེ་རྟོག་གི་ཆར་ཡིན་པར་ངས་སོ།། དེ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་

དང་མཆན་མ་བཟང་བ་དུ་མ་ཞིག་མཐུན་སྣང་དུ་བྱུང་བས་ཀྱན་ངོ་མཆར་ཏེ། ཨ་ལ་ལ་དང་  
སྐྱབས་སུ་མཆིའི་སྐྱ་དབྱར་ར་ལྟར་སྒྲིག་པ་བྱུང་འདུག དེ་ནས་འབའ་ཕྱོགས་ཀྱི་སེར་སྐྱ་རྣམས་  
ལ་བཀའ་འདི་ལྟར་གནང་སྟེ་ས་ཡི་ཆ་འདིར་སྟོན་པའི་གསེར་སྐྱ་ཐོག་ཆད་དགུ་བ་ཅན་ཞིག་  
བཞེངས་སྐབ་ན་དབུས་གཙང་གི་བསྟན་པ་ཡང་པར་ཅམ་བསྐྱར་སྐབ་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་མཆན་  
མང་བས་བྱེད་རྣམས་གྲོས་མོལ་གྱིས་གསུང་། དེ་ནས་ཁོང་ཆོས་གྲོས་བྱས་པའི་མཐར་བཞེངས་  
རྒྱར་ཐག་བཅད་ནས་སྤར་སྐྱ་མདུན་དུ་བཅར་ཏེ་འཕྲོ་ཕྱོན་ཅི་སོང་ཡང་པངས་སེམས་མེད་མོད་  
ཀྱི། འོན་ཏེ་བདག་ཅག་ནི་མི་ཤེས་མོང་སྤྱི་བ་ལ་སོང་འདི་ཐད་རིན་པོ་ཆེ་རང་ནས་གཞུག་མ་  
འཁྱོལ་གྱི་བར་དུ་དབུ་འདེན་སྐྱབས་འཇུག་དང་མི་ཤེས་བཀའ་སློབ་ཡོང་བ་མཁྱེན་ཞུས་པས་  
ཞལ་གྱིས་བཞེས། དེ་ནས་སེར་སྐྱ་མི་དམངས་ཞལ་བཀོད་འདི་ལྟར་གནང་སྟེ་བྱེད་རྣམས་ལས་  
མི་དོ་ཆོད་ཁག་གཅིག་དབུས་སུ་སོང་ནས་ལྷ་ཆེན་གྱི་དབུ་དང་གཟུངས་གཞུག་དེ་ནས་གདན་  
འདེན་ཞུས་ཤོག དེ་བྱིངས་ཆང་མས་ལྷ་ཁང་བཞེངས་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་ལས་ལ་རྩར་བཅོན་གྱིས་  
འབྲུངས་ཤིག་གསུངས། དེ་ནས་དབུས་སུ་འཕྲོ་མི་རྣམས་ཐོན་ཕྱག་ཞུ་བར་བཅར་སྐབས་བྱེད་  
རྣམས་ཡར་མཁྱོགས་སུ་སོང་ལ་མར་ཡང་མཁྱོགས་སུ་ཤོག་ཅིག་དང་། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་  
ལ་བར་ཆད་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ལྷག་རབ་བྱུང་ན་ལོ་འདིའི་ནང་ཡོངས་རྫོགས་བཞེངས་ཆར་བ་བྱ་  
དགོས་ཤིང་མ་མཐར་ཡང་འགོ་བཅའ་མ་སྐབ་ན་གཏན་ནས་མི་འགྲིག་པས་སྟོད་གཡོངས་སུ་  
མ་ཤོར་བ་གལ་ཆེ་ཞེས་བསྐྱར་བསྐྱོར་ཡང་སྐྱོར་གྱི་ཚུལ་དུ་གསུངས། ཡིན་ཡང་ཁོ་པ་ཆོ་ལྷ་  
སར་འབྱོར་རྗེས་པ་ར་སྤྱི་གསོ་ནས་རོགས་རམ་བྱས་ཏེ་གཟུངས་སུ་འབུལ་རྒྱའི་བྱིན་རྟེན་  
སོགས་སྐྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་བརྒྱུད་གཞུངས་མཆོག་ལ་ཞུས་པས་རྒྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོའི་  
སྐགས་ལའང་ཤིན་ཏུ་འབབ་པ་བྱུང་ནས་དམ་རྒྱས་སོགས་གང་ན་ཅི་དགོས་པ་ལྷག་པོར་སྐུལ་  
བར་མ་ཟད། སྐྱ་ལ་བསྐྱམས་བཞིན་པའི་གོས་བེར་ཞིག་ཀྱང་སྐུལ་ནས་འཕྲལ་དུ་བཞེངས་

དགོས་པའི་བཀའ་ཐེབས། དེ་ལྟར་གོང་ནས་བདག་རྒྱུན་དང་གཞིགས་མཐོང་ཆེ་བར་མཛད་པར་  
 བརྟེན་མི་མང་ལུང་ལངས་ཏེ་གཞུངས་དང་ཞལ་འདེབས་སོགས་འབྲུལ་མི་མང་དུ་བྱུང་བས་ཁོ་  
 པ་ཆོ་སློབས་པ་ཆེར་སྐྱེས་ཏེ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ཏེ་བཟུང་བ་ལྟ་བུས་གང་ས་ཅི་ཐད་ནས་གཞི་རྒྱ་  
 ཆེ་དུ་བཏང་བར་བརྟེན་གཞུག་མ་འདྲིལ་ནས་ལོ་འཇུག་གི་བར་དུ་ཐོན་མ་ཐུབ། དེ་ནས་གཞུངས་  
 གཞུག་གཅིག་ལུས་ཀྱང་མོ་ཏེ་གཉིས་ཁེངས་པས་མཆོན་མོ་ཏེ་དུ་མ་དང་བཅས་རིམ་གྱིས་  
 བཟོད་དེ་གནས་ལོ་གསར་པ་མ་ཤར་ཅམ་ན་གདོད་རང་ཡུལ་དུ་འབྱོར། ཆབ་མདོ་དང་བྲག་  
 གཡལ་གཉིས་ནས་མགར་བ་མཁས་པ་རྩེར་སོན་པ་དུ་མ་ཡང་ཁོ་པ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་ཁྲིད་ཡོད་  
 པས་ཀྱང་ཀྱང་རེ་ཞིག་ངལ་གསོས་ནས་གནས་ལོ་གསར་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་ཅི་དགར་རོལ། ཁོ་  
 པ་ཆོ་མ་འབྱོར་གོང་ཅམ་ན་སྐྱེ་མ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་ཐང་ཕྱོགས་སུ་ཐེབས་དགོས་ཤིང་བས་  
 ཐེབས་ཀར་དུ་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་ཐུགས་པམ་ཆད་མེད་པ་གནང་འདུག་པ་ནི་བར་ཆད་འཇུག་  
 པར་མཐུན་པའོ། ལོ་གསར་གྱུ་བ་འཕལ་དགེ་བཤེས་ཤིག་དང་ལྷང་ར་ལེགས་བཤད་གཉིས་  
 རིན་པོ་ཆེ་གདན་འདྲེན་ཞུ་བར་མངགས་པས་ཤིང་གིས་བསྐྱོད་དེ་སྐྱེ་བྱུང་དུ་བཅར་ནས་འཕལ་  
 དུ་ཐེབས་གནང་ཡོད་པ་མཐུན་ཅེས་ཞུས་པས། དེ་ལ་ཞལ་རས་ནག་ཐོས་ཐེས་དགོན་པ་བདེ་པོ་  
 ཡོད་དམ་གསུངས། དེར་བདེ་བས་མ་ཆད་བཀའ་ཤིས་དགའ་སྟོན་གྱི་དཔལ་ལ་རོལ་བཞིན་དུ་  
 ཡོད་ཚུལ་སོགས་ལྟག་པོར་ཞུས་པས་ལན་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཡང་བསྐྱར་སྟན་བསྐྱལ་  
 ཞུས་པས། དགོན་པ་བདེ་པོ་ཨོ་ཡོད་ན་གསུངས། མི་བདེ་བའི་སྐྱོས་ཅམ་ཡང་མེད་ཀྱི་དེ་བས་  
 ལས་ཀ་བྱེད་སྐྱེངས་མ་ཤེས་ནས་རིན་པོ་ཆེ་བྱིད་ཉིད་ལ་ཐེབས་སྐྱུག་ཞུས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པས་  
 ཀ་ཀོར་མི་གསུང་བར་སྐྱར་དུ་འབྱོན་པར་ཐུགས་རྗེས་གཞིགས་འཆལ་ཞེས་ཞུས་པས། འོ་ན་  
 བྱིད་གཉིས་སོང་སྟེ་རྒྱལ་ཐང་རྫོང་ནས་དགོན་པ་བདེ་པོ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཏར་འཕྲིན་ཞིག་གཏང་  
 བོག་དང་། གསུངས་པས་དེར་ཁོ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ལ་མ་བབ་ཀྱང་བཀའ་སྒྲོག་མ་ལུས་པར་བྱིན་

ཉེ་ཏར་འཕྲིན་བཏང་ནས་ཞག་གཉིས་ཙམ་སྐྱགས་ཀྱང་ཏར་ལན་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་ཡང་མ་འཕྲོད་  
པར་བྱས་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཉེས་སྒྲིན་གང་ཡང་མེད་པར་ངོས་གཉིས་ནས་འགན་ལེན་ཞུ་རྒྱུ་  
ལགས་ན་སྐྱགས་དོགས་མི་མཛད་པར་སྐྱར་དུ་ཐེབས་གནང་ཡོད་པ་ཞེས་ཞུས་པ་ན། བྱག་  
བརྟམ་ནས་ངའི་དགོན་པ་ཡག་པོ་དེ་བྱས་མ་སོང་ཞེས་ཆུ་ཚོད་ཕྱེད་ཀ་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་ཆེར་  
བཤུམས་ནས་བཞུགས་པས། ཁོ་པ་གཉིས་ཀྱང་མིག་ཆུ་མང་དུ་ཤོར། དེ་ནས་ད་ལྟ་བཞིངས་  
སྐབས་མ་སོང་ལ། ཁྱེད་གཉིས་ཀྱང་ཡར་བྱིན་ཀྱང་པན་མི་ཐོགས་པས། དགོ་བཤེས་རང་གནས་  
སྐབས་མཆམས་བསྐྱེན་སྐྱབ་འདྲ་བྱས་ནས་བཞུགས་དང་། འཆོ་བ་ངས་བྱིན་པས་ཆོག་ལེགས་  
བཤད་ཁྱོད་དགོར་ལ་སྐྱད་ན་མི་ལེགས་པས་ཁྱོད་གསེབ་ཏུ་བལ་ལས་འདྲ་བྱས་ནས་འཆོ་བ་  
སྒྲིལ་ཞིག་གསུངས་པ་ལ་དེར་ང་གཉིས་ཡང་མ་སོང་ན་མི་འགྲིག་པས་ལམ་དུ་གོགས་བར་ཡོད་  
མེད་སྐྱགས་དམ་བཅགས་པ་གཅིག་མཛད་འཆལ་ཞུས་པས་རིམ་གྱོ་འགའ་ཤས་པལ་ནས་དེ་  
ནམས་ཁྱེད་གཉིས་ལ་སྐྱབ་ཁྱེད་མེད་པས་ངས་བསྐྱབས་ན་འཕྱུས་གྱི་དེ་དག་བསྐྱབས་ནས་ལོག་  
བྱིན་ན་སློག་འགོ་ཐོན་ཙམ་ཞིག་མི་ཡོང་ངམ་ཞེས་གསུངས་པས་ལོག་བྱིན་ནས་དགོན་པའི་ཉེ་  
འགམ་དུ་སྐྱེབས་ཙམ་ན་རྒྱ་དམག་ཁག་གཅིག་དང་ཐོད་མི་ཁག་གཅིག་དཔར་འཁྲུག་ཚོད་ཤོར་  
བས་མཆོན་ཆའི་འོག་ཏུ་ཚུད་ཉེན་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡང་ཞབས་བརྟེན་རིམ་གྱོའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་  
སློག་ལ་མི་སྒྲིན་ཙམ་བྱུང་། དེ་ནས་དགོན་པར་སོང་བ་ན་ཐལ་བའི་རྩལ་དུ་བརྒྱགས་ཉེ་ལྟ་ས་  
མེད་པར་གྱུར་འདུག་པར་མ་ཟད། དགོ་འདུན་པ་ནམས་ཀྱང་སྐན་མ་བཟེ་ཀས་གཏོར་བ་བཞིན་  
སྒྲིགས་སུ་འཐོར་བ་དང་། དམག་ཐག་ཀྱང་མ་ཆོད་པའི་ཉེན་ཀའི་མཆམས་སུ་འདུག་ཟེར་རོ། དེ་  
ལྟར་བཟུ་མི་ཤིས་པ་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་ཁོ་པ་གཉིས་རིན་པོ་ཆེ་བསུ་བར་བྱིན་ནས་ཞག་ཤས་  
སོང་མཆམས་སུ་འབའ་པའི་མི་ཆེན་ཁག་ཅིག་རྒྱ་དམག་གིས་འཛིན་བཟུང་བྱས་པར་བརྟེན་མི་  
དམངས་ནས་དེ་དག་གིས་རྒྱབ་ཏུ་ལངས་ཉེ་དམག་བསྐྱས་ཉེ་པར་ཆོལ་ཤུགས་ཆེན་བྱས་པས་

རྒྱ་མིས་དོ་མི་སྤྱབ་ཆེ་གནས་གྲུ་འོངས་ནས་འབར་མདེལ་དུ་མ་གཤམ་གས་ཏེ་དགོན་པ་ཅ་གཏོར་  
 དུ་བཏང་བ་ཡིན་འདུག དེ་ལྟར་ཉིན་ལམ་མང་པོས་བར་དུ་ཆོད་པའི་ས་ནས་སྒོ་ག་གྲུར་གྱི་གནས་  
 རྣམས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་མངོན་སུམ་རྒྱུ་ཅེར་དུ་གཟིགས་པ་འདི་འདྲ་ནི་ཤིན་དུ་དོ་མཆར་བའི་  
 གནས་སོ།། དེ་ལྟར་འབར་དང་འབྲ་བར་ཡི་ཐང་དང་རྒྱལ་ཐང་སོགས་མདོ་སྤྲད་གྱི་ས་ཆ་པལ་ཆེ་  
 བར་རྒྱ་དང་འཐབ་ཅོད་གྱི་དུས་ཟིང་ལངས་པར་བརྟེན་རེ་ཞིག་དབུས་གཙང་ཕྱོགས་སུ་ཉེན་ཡོལ་  
 དུ་ཕེབས་ཅིས་མཛད་ཀྱང་དད་ལྡན་ཆུན་གཞོན་བརྒྱ་པག་མང་པོས་ལྷན་དུ་འཁྲིད་གནང་ཡོད་པ་  
 ཞེས་ཁྱེད་པ་ཕུལ་བས་སྤྲུགས་གྱིས་མི་བཟོད་ནས་འཁྲིད་དགོས་བྱུང་བར་བརྟེན་ཤར་ཕེབས་མ་  
 སྤྱབ་པར་ཡུན་རིང་འགོར་བས་བར་དེར་རྒྱ་དམག་གིས་རྗེས་བསྐྱེད་པས་ཟིན། དེར་སྤྱུ་འཁོར་  
 ཆང་མ་བསྐྱེད་ལ་དགོངས་ཅིས་གྱིས་མཆོན་ཆའི་ཆར་པབ་མོད་ཀྱང་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱུ་ལ་མཆོན་  
 འགོ་རྒྱུ་ལྟ་ཞོག་གི་འཁོར་རྣམས་གྱི་ལུས་ལའང་མཆོན་གྱིས་མི་ཚུགས། དེ་རྗེས་རིན་པོ་ཆའི་ན་  
 བཟའ་བསེལ་བ་ན་མདེལ་ཆེས་མང་པོ་སྤྱུ་ལུས་ནས་ལྷུང་ལྷུང་འཛག་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར་རོ།། དེ་  
 རྣམས་སྤྱུ་འཁོར་རྣམས་བཟུང་སྟེ་ཁྱི་སྤུན་དུ་བཅུག་ནས་སྤྲུག་དགུ་ཉེར་བར་བརྟེན་འཁོར་པལ་ཆེ་  
 བ་བཙོན་ཁང་ནང་དུ་ཕྱོངས་འདུག་ཅིང་། ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱང་བཙོན་ཁང་དུ་སྤྱུ་གཤེགས་  
 པའི་ཚུལ་བསྟན་སྤང་རོ།།

དེ་ལྟར་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྒྱ་མིས་དགྲར་འཛིན་པའི་རྒྱུ་མཆན་ནི་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་  
 ལ་གསོལ་སོགས་དང་གོ་གནས་ལུལ་ཏེ་ཁོ་པའི་ཕྱོགས་སུ་འཐེན་བསམས་ཀྱང་དེ་དག་བཞེས་  
 རྒྱུ་ལྟ་ཞོག་གི་དངོས་ལྒྱགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་ལྟ་ངན་ལམ་ལུགས་ལ་ངོ་ཚོལ་གནང་བ་  
 དང་། ཁོ་པར་མི་དགའ་བའི་མི་རྣམས་གྱིས་གྲུས་བཀའ་ཁྱེད་ལུལ་ལ་སོང་བས་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་  
 ཕྱི་ཚུལ་ལ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་གྱིས་ལས་གྱི་ལྷག་མ་བཅུ་ཉམས་སུ་བསྟར་པའི་ཚུལ་བཞེས་པ་  
 དང་འབྲ་བར་རང་དབང་མེད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ཅམ་ལས་ངེས་པའི་དོན་དུ་ནི་སྤྱུ་ལྟ་ངན་ལས་

འདས་པའི་དུས་དང་ཅུང་ཟད་འོ་བརྒྱལ་བའི་ཚུལ་བཞེས་རྒྱ་སོགས་ཆེས་སྤྲ་ས་ནས་མཁྱེན་པར་  
གདོན་མི་བྱེ། ལན་གཅིག་བཀའ་མོལ་གྱི་ཞོར་ལ་ཐུགས་གཤེད་བའི་རྣམ་པས་ད་པན་ལོ་བཙོ་  
བརྒྱད་ཙམ་ལས་སྔོན་རྒྱ་མེད་པ་ལ་ཞེས་པའི་གསུང་ཆོག་ཅིག་ཤོར་བྱུང་བས་ལམ་སེང་དེ་འདྲ་  
མ་གསུང་བར་སྐྱ་ཆེ་ཞབས་པད་ཡུན་དུ་བཏུན་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་རྒྱ་གང་ཆེ་མཛད་འཆལ་ཞུས་  
པ་ནི་མིན་མིན་ད་ལྟ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་ཆད་ལོ་བཞི་བཅུ་ཡས་མས་ལ་སླེབས་ཡོད་པས་དེ་ལ་  
བསམས་ནས་སྤྲོས་པ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་མོལ་བསྐྱུངས་སོང་ཡང་། དེ་དུས་དགུང་ལོ་ཉིར་བརྒྱད་  
ཡིན་ཞིང་། རྩེ་སྤྲ་སྤྲ་གཤེགས་དུས་བཞི་བཅུ་ཞེ་དུག་ཡིན་པས་དུས་ཁྲིག་གིས་འགྲིག་པ་  
དང་། དགུང་ལོ་སོ་བརྒྱད་པའི་སྐབས་བདག་ལ་སྦུལ་བའི་འཕྲིན་ཡིག་གི་འཇུག་ཏུ་དེར་སྐབས་  
འགྲོ་དོན་ས་ཁུར་རྡོ་ཁུར་འདྲ་ཞིག་སྤང་ཡང་བཟང་ངན་གང་ཡིན་ཆ་མ་རྟོགས་པས་དབྱིངས་  
རོལ་ཞེས་པ་དང་དེའི་ཕྱི་ལོར་སྦུལ་བའི་གསུང་འཕྲིན་དུ། ཕྱི་ཚུལ་ལེགས་ཀྱང་རབ་ལྗེའི་ཡོན་  
ཏན་ནི། ཆེས་ཞན་ཤིང་ལོ་རྒྱུད་འབྲེར་མཆེད་བདག་ཀྱང་། དེང་སང་རང་གནས་བྱུག་པར་ངལ་  
བསོས་ཀྱང་། ལྟ་ངན་སྐྱ་སྐྱའི་བྱིན་བུ་འབར་བས་སྒྲོ། གྱེ་ཏུད་ད་ནི་དུས་ཀྱི་ཐ་མར་སོང་། བསྟན་  
ལ་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་སྐྱའི་དབུང་པ་དང་། སྐྱེ་བོ་པལ་ཆེར་སྤྲོགས་དེར་མཛོན་དགའ་བའི། ངང་ཚུལ་  
མཛོང་བས་ཤེས་པ་ལྷག་པར་འཕྱོ། ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་ཏེ། དེ་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་བཟང་གིས་  
མི་ལང་བ་ཞིག་བཞུགས་སོ། ཁྲི་ཐུན་དུ་སྤྲ་གཤེགས་པ་དེ་ཡང་གཞན་དོན་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
ཡིན་འདུག་སྟེ། བཙོན་སྤྲོགས་ནང་ཉེ་འགའ་ཞིག་ལ་ཁོ་བོ་འགྲོ་གི་ཡིན། ངས་ཕྱིན་ན་གཅིག་ཏུ་  
བཙོན་པའི་ནད་རིམ་རྒྱན་ཆད་པ་དང་གཉིས་སུ་མི་རྣམས་སྤར་བཙོན་དུ་འཇུག་རྒྱ་ཐག་ཆོད་  
འགྲོ་གསུང་འདུག་ཅིང་། གང་གསུངས་པ་ལྟར་བྱུང་ཡང་སྤང་བས་སོ། དེ་ནས་སྐྱེ་ལ་སྐྱུང་  
གཞི་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར་གཤེགས་པ་དང་། སྐྱེ་བྱུང་ཡང་ཁྱེ་གང་ཙམ་དུ་གྱུར་པ་སོགས་  
ངོ་མཆར་བརྗོད་ལས་འདས་པ་ཞིག་བྱུང་འདུག་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་





མཁས་པའི་ཡིག་ཆ་ལ་ངས་མ་བཟླས་པ་མེད་ཅེས་གསུང་འདུག་པ་དང་། དེ་ཡང་ལྟ་ལོ་ཙམ་  
མ་ཡིན་པར་གང་བཟླས་པ་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སྲ་ཆུད་ཅིང་། མཉེས་པ་མེད་པའི་རང་རྟགས་  
སྲ་དཔེ་རྒྱན་དཀོན་རིགས་དང་ལུང་འདྲེན་སོགས་གར་ཡོད་ཀྱི་སྐྱེད་སྲོང་བྱུང་ཆེ་འདི་འདིར་  
ཡོད་ཤོག་གྲངས་འདི་ཙམ་ན་ཡོད་བྱ་བ་སོགས་ཐུགས་མཐོ་བསམ་ཙམ་ཡང་བཞེས་མི་དགོས་  
པར་གསུང་ཆོག་ཆོག་ཡོད་པས་ཤེས་ཀྱས་ཤིང་། གནས་འདི་ལ་ནི་སྐྱེ་ཉིད་དང་ཞེ་འགས་པའི་  
སྒྲ་སྒྲུལ་དགེ་བཤེས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ་མཆར་དུ་འཛིན་སྒྲུང་ངོ་། དེར་མ་ཟད་རྩིང་མ་སོགས་  
ཆོས་ལུགས་གཞན་དག་ལ་འང་མཆོག་ཏུ་མཁས་ཤིང་ཀུན་ལ་དག་སྒྲུང་སྤྱོད་པ་མེད་དུ་མཛད་  
པས། དེའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུར་ཀུན་གྱིས་རྒྱུར་ལ་འང་སོ་སོའི་སྒྲ་མ་དང་བྱད་མེད་དུ་འཛིན་  
གདའོ། དེ་ལྟར་བདག་ཅག་གི་སྒྲ་མ་དམ་པ་འདི་ནི། དེས་པའི་དོན་དུ་ས་ལམ་མཐར་ཕྱིན་པ་  
ཞིག་ལགས་པ་ནི་གོང་དུ་སྒྲོས་པ་ལྟར་སྤྱད་པས་དབུས་ནས་ཁམས་སུ་ཕེབས་ཁར་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་  
ཀྱང་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པར་མ་ཟད། ཀུས་ནས་ཏེ་རྟོར་བཀའ་འཁྱུར་རིན་པོ་ཆེར་སྒྲ་མ་དམ་པ་  
འདིའི་འཁྱུངས་རབས་ཤིག་ཞུས་པ་ན་འང་ཡུན་རིང་པོར་བརྟག་པ་གཟབ་ནན་མཛད་པའི་མཐར་  
འཇམ་དབྱངས་ཐུགས་ཀྱི་རྣམ་ཐོལ་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་དང་། ཞལ་ནས་ཀྱང་ངན་སྐྱེ་བ་མང་པོར་  
རྩེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་རྩིས་སུ་བཟུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་བྱིད་ཅག་པལ་པའི་མི་དང་  
པལ་པའི་ནོར་གྱིས་དགོས་པ་མེད་པས་གང་འབྱེད་ན་འང་སྒྲོམས་ལ། གར་སོང་ན་འང་སྐྱག་ཅིག་  
ཅེས་ལོག་སྐྱབ་མཁན་ཞིག་ལ་གསུང་འདུག་པས་ན། སྐྱའི་གསང་བ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་  
པ་མཐའ་དག་པ་ནི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་ཀུས་ལ། གདུལ་བྱ་ཐུན་  
མོང་བའི་ངོར་སྒྲུང་བའི་མཛད་པ་གཅིག་སུ་ཡང་རྩིས་སྤྱད་དུ། རྩེ་ལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་ལྟན་  
པས། བསྐྱོམ་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་སྒྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་ཁས་སྒྲངས་པའི་དམ་ཆོག་  
དང་སྒྲོམ་པ་རྣམས་མིག་འབྲས་ལྟར་བསྐྱུང་བ་གཞིར་བཟུང་། མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་

བཅས་པ་ལ་གསན་བསམ་མཐར་ཕྱིན་པ་མཛད་ཅིང་། གང་ཐོས་པའི་དོན་ནམས་ཀྱང་ཆོག་ཏུ་  
མ་ལུས་པར་སྐྱབ་པ་ལ་སྒྲེལ་ཏེ་སྤྱན་མོང་དང་སྤྱན་མོང་མིན་པའི་ལམ་གྱི་གནད་ནམས་ལ་སྤྱོད་  
བ་ལུལ་དུ་ཕྱིན་པ་འབྱུངས། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་བྱུང་པའི་གོ་འཕང་མཐོན་པོར་གཤེགས་  
ཤིང་། རང་ཉིད་ལམ་གང་ནས་རྗེ་ལྟར་གཤེགས་པའི་འདུག་ཅོགས་བཟང་པོ་དེར་སྐལ་ལྷན་གྱི་  
གདུལ་བྱ་གཞན་ནམས་ཀྱང་བགྱིར་བར་དགོངས་ཏེ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་  
རྒྱུན་མི་འཆད་དུ་བསྐྱོར་བ་སོགས་ཏེ། རོ་མཆར་མད་དུ་བྱུང་བའི་མཛད་པ་བཟང་པོ་དེ་ལྟ་བུ་  
མངའ་བ་ལགས་པས། དེ་བས་ན་འདིར་གང་དག་བསྟན་པ་དེ་དག་ནི་སྤྱན་མོང་དང་སྤྱན་མོང་  
མིན་པའི་མཛད་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ལས་ཆུ་ཐིགས་ཅམ་ཞིག་རང་དགར་བསྟན་པར་ཟད་དོ།

གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་བའི་མཛད་པ་ཆའི་སྤྱོད་པ་ཅམ་ཞིག་སྤྱགས་བཅེ་བས་  
དགོངས་ཏེ་སྐལ་ལྷན་གྱི་འདུལ་བྱ་རེ་བྱུང་ལ་བཀའ་སྩལ་བ་ནམས་ཀྱང་གཞན་ལ་མི་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་  
དུ་མས་བཏབ་སྤང་བར་འདིར་བཛྲ་པར་མི་སྤྱོད་པས་ལ། ཤེས་པར་འདོད་ན་གསང་བའི་ནམ་  
ཐར་ལས་བརྩམས་པའི་གསོལ་འདེབས་ཁོ་བོས་བྲིས་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ད་ནི་སྤར་མ་  
སྒོས་པ་འགའ་ཞིག་ཁ་སྐོང་གི་ཚུལ་དུ་བྲི་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བྲིས་པ་མི་ནག་ཅིག་སྤྱོད་པ་ལྟར་དུ་  
བྱུང་ཡང་རང་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་སྐད་དུ་ཆོས་ཀྱི་བྲི་བ་མང་པོ་གནང་ནས་བརྒྱ་ལ་ཆོས་མཐུན་  
གྱི་ལན་ཆོག་གཅིག་ཅམ་བྱུང་ནའང་སྤྱགས་ཤིན་ཏུ་དགྱེས་ཏེ་མི་དེས་འདི་སྐད་ཟེར་ཞེས་ཡུན་  
རིང་པོའི་བར་དུ་བསྤྱགས་པའི་མེ་ཏོག་འཐོར་བར་མཛད་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། འགྲོ་ཀུན་སྤྱོད་པོར་  
འཁུར་བའི་ནམ་ཐར་ཞེས་པ་དེ་འདྲ་ལ་ཟེར་གདའོ། བྲམས་སྒྲིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་ལ་སྤྱགས་དམ་གྱི་མཐེལ་དུ་རྗེ་ལྟར་མཛད་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་མགུར་གཅེས་འཛིན་  
ཆ་གདུང་སེལ་བའི་ག་བྱར་ཞེས་བྱ་བ་གཟིགས་ན་ཤེས་ཤིང་། ནང་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་ལ་མངའ་བསྟེས་པའི་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་བྱི་རོལ་གྱི་མི་ཞེ་སྤང་གདུག་རྩལ་ཅན་རྗེ་འདྲ་ཞིག་

ཡིན་ཡང་སྐྱེ་བྱུང་དུ་སྒྲིབ་ཅམ་ནས་རྒྱུད་དུལ་དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོད། ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་འབེལ་གཏམ་རིམ་འབྲེལ་མཛད་བྱུང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་མཐར་བྱང་རྒྱབ་གྱི་སྒྲིབ་དུ་བབ་འགྲོ། གུས་ནས་ཐུགས་ལ་མངའ་བའི་ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་ཅིག་གསུང་འཆའ་ཞུས་པས། ང་ལ་ཡོན་ཏན་གཞན་གང་ཡང་མེད་མོད། འོན་ཏེ་རྒྱ་དང་ཤིང་གཉིས་པོ་སྤྱད་དེ་མིན་མཐའ་བརྒྱུད་སོགས་ལོངས་སྤྱོད་བྱ་བམས་ཅད་དད་རྩལ་དང་གཤེན་རྩལ་ཤ་སྟག་ལས་མེད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། དེ་སྔོན་དཀོར་གྱིས་གཞོན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བྱུང་གསུངས་ཏེ། མདོ་རྒྱུད་དང་བསྟན་ན་སྒྲོས་མི་འབྱུང་བའི་རྣམ་ཐར་རོ། ཞལ་འདོན་དང་ལྷགས་ཚུལ་སྟབས་གཅིག་ཏུ་འབྲུབ་ཅིང་གསུང་མོལ་དང་བྲག་དཔེ་གཟིགས་པ་སྟབས་གཅིག་ཏུ་འབྲུབ་པ་སོགས་ཏེ། མདོ་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱུད་རེ་རེ་བཤོ། ཞེས་པའི་ངང་རྒྱལ་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་མང་དག་ཅིག་མངའ་བ་ཡང་སྒྲོབ་མ་ཡོངས་ལ་མཐུན་སྣང་དུ་བྱུབ་པ་དེའོ། ཆོས་དང་ཆོས་སྐྱེ་བ་ལ་གུས་པ་དང་རིམ་གྱོ་རིམ་ལྟར་མངའ་བ་ཡང་། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་ཅམ་ཡན་ཆད་ཀྱི་བཀའ་ངེན་ཞོས་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་མི་བྲལ་བའི་ངང་ནས་བྲག་དང་མདོན་དུ་ལྡང་བ་སོགས་སྒྲ་མ་བསྟེན་རྒྱལ་མདོ་རྒྱུད་ནས་རིམ་ལྟར་གསུངས་པ་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དང་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིགས་བམ་རྣམས་ལའང་ཤེན་ཏུ་གུས་པར་མཛད་དེ། དཔེར་ན་སྐྱེ་ཆེ་རིམ་བར་ལྷགས་སྒྲོག་མཛད་ཀྱང་ནག་ཞོགས་སོགས་ཀྱི་དྲི་མ་སྤྱི་ཅེ་མོ་བརྒྱར་གཤགས་པའི་ཆོད་དུའང་མ་གོས་པར་མཛད་ལ། ན་བཟའ་ཡང་དར་གོས་སོགས་ཀྱི་སྤྱིལ་འབྲུམ་སུམ་བཅེགས་སུ་མཛད་པ་སོགས་ཏེ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་དུ་ལས་ཀྱང་ཅིགས་ཆེ་བ་ཁོ་ན་མཛད་དོ། ཡང་ལན་གཅིག་ཁྱོད་མ་འགྲོ་གོང་དུ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ཞིག་བཞེངས་བསམས་པ་ཡིན་ཏེ། ད་བྱུང་མ་སོང་གསུང་བ་ལ། གུས་པས་པོད་ཆ་ཆང་བཞི་ལྟ་ཅམ་བཞུགས་གདའ་བས། ད་དུང་བཞེངས་ནས་ཅི་བགྱིད་

ལྷུས་པས། ཡོད་ན་ལྟ་བོད་བཅུ་ཕྱག་བྱུང་ནའང་ལོས་དགོས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་དཔགས་ན་  
 ལྷན་པོ་ནམས་ཟང་ཟེང་གི་དངོས་པོ་སྣ་རེ་ཡང་ནམ་གངས་མང་པོ་རྗེ་ལྟར་བྱུང་ཡང་ཆོག་མི་  
 ཤེས་པ་ལྟར། མཁས་པ་ནམས་ལ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་སྒྲེགས་བཅ་རྗེ་ཙམ་བྱུང་ཡང་ཆོག་མི་  
 འཆལ་བར་གསུངས་པ་བདེན་པའི་དོན་ཅན་དུ་འཁུམས་སོ།། སྤྱི་པོ་བ་རོལ་བའི་སེམས་ལ་གང་  
 མཐོ་བ་ཡང་ལག་མཐེལ་གྱི་རྩས་བཞིན་དུ་དངོས་སུ་གཟིགས་པ་ཁོ་བ་རང་གིས་ཀྱང་ལན་དུ་  
 མར་མངོན་སུམ་གྱི་གྲུབ་ལ། དམ་པ་གཞན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མཛད་པ་ནམ་ཐར་གང་ནའང་མ་འཁོད་  
 པ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ལྷག་པོར་གསུངས་པ་སོགས་ཏེ། འདི་དང་འདི་འབྲ་བའི་ནམ་པར་ཐར་པ་  
 གཞན་དང་མ་འདྲེས་པ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་བསྟན་དུ་ཡོད་ཀྱང་ཡི་གས་མི་ལང་བས་བཞག་གོ།

འདིར་སྤྲུམ་པ། རྒྱལ་ཀྱན་འདུས་ཞལ་བྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་ཡི།། གསང་གསུམ་ཡོན་ཏན་རོ་  
 མཚར་མད་བྱུང་བ།། གང་གིས་བརྗོད་ཅིང་བྲན་པ་དེ་ཡིས་ནི།། རྒྱལ་བ་ཀྱན་ལ་དེ་ལྟར་བཀྱིས་  
 པར་གསུངས།། རྒྱལ་འདིར་འབད་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་དེས།། བདག་གཞན་མ་ལུས་ཐེག་  
 ཆེན་དགེ་བའི་བཤེས།། མཚན་ཉིད་ལྡན་པས་མཉེས་བཞིན་རྗེས་བཟུང་སྟེ།། ས་ལམ་བཟོད་པ་  
 ལྷུང་དུ་མཐར་ཕྱིན་ཞོག།

ཅེས་སྒྲ་མའི་ནམ་ཐར་དད་པའི་སྤྱི་ལོང་གཡོས་པའི་ཡིད་ཀྱི་བསེར་བུ་ཞེས་བྲ་བ་འདི་  
 ཉི་སྒྲ་མ་རྫོ་རྗེ་འཆང་གང་གི་བྱུགས་རྗེའི་ཞོ་གས་འཆོ་བ་འདུ་གསུམ་པ་ངག་དབང་བུན་ཆོགས་  
 སུ་འབོད་པས་ས་སྤྱལ་ལོར་སྤྱར་བའོ།། དགེ་ལེགས་འཕེལ།།

## ཟབ་ལམ་ལྷ་མའི་ནལ་འཕྱོར་སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

སྐབས་བསྐྱེད་ལྷ་མ་མཆོག་གསུམ་ལ། བདག་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་  
ལུས་པས།། དུས་འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་བར།། གློ་གདུང་བྱུགས་བྲག་པོས་སྐབས་སུ་  
མཆི།། ལར་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ།། མི་བདག་ལ་ཆད་མེད་ཟིན་ཆེ་བས།། མ་  
འདི་ཀུན་གྲིད་མཆོ་ལས་སྒྲོལ་བྱིར།། ངས་ལྷ་མའི་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པར་བྱ།། བདག་གཞན་ཀུན་  
ཆགས་སྣང་འཆིང་ལས་གྲོལ།། པན་ཆུན་དུ་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྗན།། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་དེ་  
རྒྱུ་ལས་ཉོན་བྲལ།། ཀུན་བདེ་དགའ་དང་འབྲལ་བ་མེད་གྱུར་ཅིག །དབྱིངས་བདེ་ཆེན་དབྱེར་  
མེད་ནམ་མཁའ་དོས།། མདངས་འཇའ་སྤྲིན་ལང་ལོང་འཁྲིགས་པའི་དབུས།། བདན་སེང་ཁྲི་  
བད་མ་ལྷ་བའི་སྟེང་།། པ་ལྷ་མ་བདེ་ཆེན་སྣང་པོ་ནི།། སྐྱེ་ཆོས་གོས་དུར་སྤྲིག་གསུམ་གྱིས་  
མཛེས།། གསུང་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་དབྱངས་ལྟངས་སྒྲོགས།། སྤྱགས་ནམ་པར་མི་རྟོག་བདེ་བས་  
བརྒྱན།། ལྷ་ཞི་ཁྲིའི་བཀོད་པ་སྐྱེ་ལ་རྫོགས།། དེའི་སྒྲོ་གསུམ་རྩོམ་གསུམ་མཆོན་ལས།། འོད་  
འཕྲོས་པས་དངོས་བརྒྱན་ལྷ་མ་དང་།། དཔལ་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས་པ།། སྤྱན་  
བྲངས་ནས་རྩེ་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར།། ཞིང་རབ་འབྲམས་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་ཀུན་གྱི།། སྤྱགས་བྱམས་  
བཅའི་རང་གཞུགས་བསྟན་པའི་མགོན།། ཆོས་བཤད་སྐྱབ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་གྱི་གཙོ།། རྩེ་  
འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོ་ཆེ་དེར་འདུད།། འབངས་ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་དགེ་ཅ་དང་།། གཞན་གྲིད་  
ཞིའི་དཔལ་འཕྱོར་མཆིས་སོ་ཅོག །གློས་ལྷངས་ཉེ་རྩེ་ལ་ལེགས་འབྲུལ་ན།། དབྱིངས་བདེ་  
ཆེན་ངང་ནས་བཞེས་སུ་གསོལ།། བདག་སེམས་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས།། དག་ཕུང་བྱེད་



ཉོན་མོངས་དབང་སོང་མཐུས། ལས་དཀར་མིན་སྤྲིག་ལྟར་ཅི་མཆིས་བ། བ་སྒྲ་མའི་སྤྲོན་  
 སྒར་མཐོལ་ཞིང་བཞགས། རྗེ་གསང་གསུམ་མཛད་པའི་ཆ་རེར་ཡང་། གངས་ཕུ་མེད་རྒྱལ་  
 བའི་འཕྲིན་ལས་རྫོགས། བལ་སྒོ་ལས་འགོངས་པའི་ནམ་ཐར་ལ། འབངས་སྤྲོད་ནས་གྲུས་  
 བས་རྗེས་ཡི་རང་། མ་འགྲོ་ཀུན་གཏན་བདེར་འགོད་ཕྱིར་དང་། ཆོས་བཞད་སྒྱུ་བ་བསྟན་  
 བ་རིང་གནས་ཕྱིར། རྗེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པའི་མཐེལ་སྤྱད་བའི། ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་  
 བསྐྱོར་དུ་གསོལ། བ་སྒྲ་མ་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད། ཡོངས་སྐལ་བཟང་གདུལ་བུའི་དཔལ་  
 མགོན་དུ། གནས་ལོག་མིན་ཞིང་གི་མགོན་པོ་ལྟར། དུས་ནམ་ཡང་གཡོ་མེད་རྟག་བཞུགས་  
 གསོལ། ལར་འདིས་མཆོན་ནམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས། བདག་སྤྱེ་བའི་ཕྱིང་བ་ཐམས་ཅད་  
 དུ། རྗེ་ཁྱེད་ཀྱིས་དབྱེས་བཞིན་རྗེས་བཟུང་སྟེ། དཔལ་རེས་དོན་གྱི་སྒྲ་མ་སྤྲུང་མཛལ་ཤོག །ཕྱི་  
 རི་སྤྱིང་རིན་ཆེན་ཉི་མ་བཅས། ཉན་སྤྱད་ཁམས་སྤྱེ་མཆེད་སོགས་ལས་བྱུང་། གསང་བདེ་  
 སྤྲོད་འབྲུལ་གྱི་མཐུལ་འདི། རྗེ་བསོད་ནམས་ཞིང་མཆོག་ཁྱེད་ལ་འབུལ། རྣམ་གྲོལ་གྱི་ལམ་  
 སྤོན་སྒྲ་མ་དང་། དཔལ་དངོས་གྲུབ་ཀུན་སྦྱོལ་ཡི་དམ་ལ། སྤྲིད་ཞི་བའི་འཛིགས་འཕྲོག་རིན་  
 ཆེན་གསུམ། གྲོགས་མཁའ་འགྲོ་སྤྱང་མཁའ་ཁྱེད་ལ་རེ། གཞི་བཞེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་  
 བཟུང་སྟེ། མི་སྒོལ་པའི་བྱང་འདུག་བར་གྱི་ལམ། མི་བདག་གི་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་བ་ལ། བོགས་ཕྱི་  
 ཉན་བར་ཆད་ཞི་བར་མཛོད། སྐབས་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་བ། དོན་གཅིག་བསྐྱུས་ཅིན་  
 ཅན་སྒྲ་མ་རྗེ། ཁོང་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་། སེམས་མོས་གྲུས་ཀྱི་ཅ་བ་ཚུགས་  
 བར་ཤོག །ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་འབུམ་ཕྲག་གིས། ཆ་ཅམ་ཡང་བསྐྱུན་མིན་དལ་འཁྱོར་  
 རྟེན། དུས་ལན་གཅིག་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་འདིར། དམ་ཆོས་ཀྱི་ཉིན་མཆོན་འདའ་བར་  
 ཤོག །ཆེས་རྟེན་དཀའ་དལ་བའི་རྟེན་ཐོབ་ཀྱང་། འདི་སྤྱང་གི་ལས་ལ་བཞོལ་གྱུར་ན། རང་  
 སྤྲོད་མེད་ཀྱིས་པའི་ཚུལ་མཐོང་ནས། ཆོས་རྣམ་དག་གིས་སྤྲོད་པོ་ལེན་པར་ཤོག །དགྲ་འཆི་

བདག་གཤིན་རྗེས་བཟུང་ངེས་ཤིང་། དུས་ནམ་འོང་ངེས་པ་མ་མཆིས་པས། ཆེ་འདི་ཡི་སྤྱིད་  
སྤྱག་མ་སེམས་པར། གཏན་མདུན་གྱི་ཅ་བ་བསྐྱབ་པར་ཤོག། གནས་ངན་སོང་གསུམ་ལ་  
འཛིགས་སྐྱག་པའི། རྫོ་བཙུག་མིན་གྱིས་བྱངས་པའི་མཆོག་གསུམ་ལ། སེམས་ཡིད་ཆེས་  
དད་པ་བྲག་སོའི་ངང་། དུས་ཀྱན་དུ་སྐྱབས་འགྲོར་བཙུན་པར་ཤོག། ལམ་ངེས་ཤིང་འཕེལ་ཆེ་  
མ་བྱས་དང་། མི་འཕྲད་ཅིང་བྱེད་པ་རྒྱུད་མི་བའི། རྒྱལ་བསམས་ནས་སྤྲ་ཞིབ་ལས་འབྲས་  
ལ། ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་རྟེན་པར་ཤོག། མཐོ་སྤྱིད་ཅེ་ནས་མནར་མེད་དཔུལ་བའི་བར། གར་  
སྤྱིས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེལ་རང་བཞིན་ལས། དུས་གཏན་དུ་བདེ་བའི་སྐྱབས་མེད་པའི། གནས་  
འཁོར་བ་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པར་ཤོག། དེས་ལེགས་ཀྱི་ཅ་བ་ངེས་འབྱུང་སེམས། རྒྱགས་བྲག་  
གི་མཐུ་ལས་སྤྱིད་པ་འདིར། འཆིང་བྱེད་ཀྱི་བདག་འཛིན་གཞོམ་པའི་བྱིར། ཆོས་བསྐྱབ་  
གསུམ་སྐྱབ་ལ་བཙུན་པར་ཤོག། འོངས་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་ཏྲག་དུ་ཉམས་ཐག་པའི། མ་མཁའ་  
མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། དེན་འཁོར་མེད་དུ་མཐོང་ནས་མ་ཀན་རྣམས། གཞི་སྤྱིད་  
པའི་མཆོ་ལས་སྐྱོལ་བར་ཤོག། ལར་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་མཆིས་སོ་ཅོག། རང་གཅེས་  
པར་འཛིན་པའི་རྫོ་ལས་བྱུང་། ད་ཉེས་ཀྱན་ཅ་བ་བདག་འཛིན་གདོན། མིང་ཅམ་ཡང་མེད་  
པར་བྱེད་རུས་ཤོག། འབྲུལ་ཡུན་གྱི་པན་བདེ་མ་ལུས་པ། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་  
རྫོ་ལས་བྱུང་། དཔལ་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་སེམས་མཆོག་དེ། ངས་སྙིང་ནས་འབྱོངས་  
པར་བྱེད་རུས་ཤོག། རིགས་བྲག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་རང་སྤྱིང་  
ལེན་པ་དང་། དེད་དུས་གསུམ་བདེ་དགེ་མ་ལུས་པ། འགོ་ཀྱན་ལ་པངས་མེད་གཏོང་བར་  
ཤོག། སེམས་དམིགས་རྟེན་ལ་ཅེ་གཅིག་ལེགས་གནས་པའི། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་  
འཛིན་དང་། རང་བཞིན་མེད་རྟོགས་ཀྱི་དབུ་མའི་ལམ། བདག་རྒྱུད་ལ་བྱུང་འབྲེལ་འབྲུབ་  
པར་ཤོག། དཔལ་རྩོམ་རྩོམ་འཁོར་ཆེན་སོ་རུ། རྒྱུད་སྤྱིན་བྱེད་དབང་བཞི་ལེགས་ཐོབ་

ཅིང་། ལམ་རིམ་གཉིས་སྐྱེ་བའི་གཞི་གཅིག་ལུ། དམ་ཆིག་དང་སྒྲིམ་པ་སྤྱད་ཅུས་ཤོག །སྤྱད་གཞི་དང་སྤྱད་བྱེད་འོ་འཕྲོད་པའི། ལྷ་ཆ་མའི་གསལ་སྤྱད་ང་རྒྱལ་ལ། སེམས་བརྟན་པོ་ཐོབ་པའི་བསྐྱེད་རིམ་གྱིས། ལམ་རྫོགས་རིམ་གྱི་ཉི་མུ་བྱེད་པར་ཤོག །དཔེན་པ་གསུམ་རྩེ་རྩེ་ཉིང་འཛིན་གྱིས། སེམས་གཉུག་མའི་རང་ཞལ་མངོན་གྱུར་ཞིང་། སྤྱར་སྤྱུ་འབྲུལ་བ་བའི་སྤྱར་སྤྱར་སྤྱེ། སྤྱུ་མ་ཡི་ཉིང་འཛིན་རྫོགས་པར་ཤོག །སྤྱེ་དེ་ཉིད་དོན་གྱི་དབྱིངས་སུ་ཞུགས། སྤྱར་དག་པ་རྩེ་རྩེ་ཉི་སྤྱར་བཞེངས་ནས། དབྱིངས་འོད་གསལ་ཐུགས་དང་མཉམ་སྦྲེང་བའི། ལམ་སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པར་ཤོག །དཔལ་དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་འཛིན་དེས། ཡོངས་རྒྱལ་ཆེན་ཆོགས་གྱི་མཐར་དབྱུང་ནས། སློབ་མཐའ་རྩེ་རྩེ་ཡི་ཉིང་འཛིན་གྱིས། དབྱ་གཉིས་སྤྱད་ཅད་ནས་འདོན་པ་ཤོག །དཔལ་ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་སྤྱེ་ཐོབ་ནས། སློབ་དཔོག་མིན་སྤྱལ་བསྤྱར་མཐའ་ཡས་པས། མ་འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་སར་བཞག་ནས། གནས་འཁོར་བ་སྤྱད་ཅིག་སྦྱོངས་པར་ཤོག །བུས་གདུང་བུགས་བྲག་པོས་གསོལ་བཏབ་མཐུས། པ་ཆ་མ་དགེས་བཞིན་སྤྱི་བོར་བྱོན། སྤྱེ་རྩེ་ཆུང་འཐེབ་སོར་ཆད་ཅམ་པ། ལམ་ཨ་བ་རྒྱ་རྒྱ་ནས་བརྒྱད་དེ། སྤྱིང་འདབ་བརྒྱད་བརྒྱའི་གྱུར་ཁང་དབུས། དབྱིད་ཐིག་ལེ་ཉི་ཆུ་འབར་བའི་སྤྱིང་། ཆེ་མ་བའི་གདགས་གཞིའི་རྒྱུང་སེམས་དང་། རྩེ་ཆ་མའི་སྤྱུ་ཐུགས་དབྱེར་མེད་གྱུར། དག་འདི་ཡིས་བདག་དང་འགྲོ་བ་ཀུན། སློ་མ་རིག་འབྲུལ་པའི་བ་བཅད། གཤེས་གཉུག་མའི་རང་ཞལ་དངོས་སུ་མཇུག། ཟུང་འཇུག་གི་རྒྱལ་ས་ཐེན་པར་ཤོག །ཅེས་ལམ་ཐབ་སྤྱེ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་པའི་མདོ་སྤྱུགས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་ཤར་བསྐྱོམ་བྱ་ཚུལ་གྱི་སློན་ཆིག་དང་བཅས་པ་འདི་ཡང་ཁྱབ་བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན་པོ་པ་བོང་ཁ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཞབས་རྒྱལ་སྤྱི་བོར་རིག་པའི་མཐུ་ལས་གསེར་མདོག་ཅོད་བཤུ་འཆང་བའི་རིང་ལུགས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་རིམ་སུ་མ་ཆད་པའི་བསྟན་པ་བསྟན་འཛིན་དང་བཅས་པར་དག་པའི་སྤྱད་པ་སྤྱུགས་མེད་དུ་རྒྱས་པའི་

སྐྱེས་ཀྱི་ཆོག་ཙམ་གྱི་བཙུན་པ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཁའ་དབྱེ་དུ་འཕོད་པས་སྤྱད་བ་དགེ་  
བས་ཆེ་རབས་ཀྱི་དབྱེ་དགེ་བའི་བཤེས་གྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག ། །

སྐལ་སྐྱུར་འབྱོར་གསལ་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

སྒངས་རྟོགས་ཡོན་ཏན་སྐྱེན་བྱུང་རྫོགས་སངས་རྒྱས། ཞི་བ་ཆགས་བྲལ་ཐེག་གསུམ་  
དམ་པའི་ཆོས། རིག་ཁོལ་བརྒྱད་ལྔ་མཆོག་ས་མཆོག་དགེ་འདུན་ཏེ། རིན་ཆེན་གསུམ་  
ཤིས་བདེན་ཆོག་འབྱུང་བྱིན་རྣོབས། རྫོ་བ་བྱང་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་པ་ལ། རྣམ་དག་  
ཚུལ་ཁྲིམས་གཞིར་བབྱང་ཐོས་བསམ་སྒོམ། ཡོངས་སུ་མཐར་མོན་བཤུད་སྐྱུ་བྱང་འབྲེལ་  
ཤིས། ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་མཆོ་སྤེལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། མགོན་ཁྱིད་རྫོ་བུར་ཞི་བར་གཤེགས་  
ལྟར་པས། བདག་ཅག་ཅི་བྱར་གཏོལ་བྲལ་ཡོང་བ་ལྟར། ལྟར་པའི་རང་ཚུལ་འདི་ལ་ལེགས་  
དགོངས་ནས། འཁྱལ་བྲལ་སྐྱལ་སྐྱུའི་ཞལ་བཟང་བསྟན་ཏུ་གསོལ། རིང་མོའི་དུས་ནས་ཉམ་  
ཐག་འཁོ་བ་རྣམས། རྫོལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་གོ་ཆ་རྗེས་དགོངས་ལ། ཐག་མེད་ཞི་བའི་བདེ་  
ལ་མི་མནལ་བར། མཆོག་གི་སྐྱལ་སྐྱུའི་ཞལ་བཟང་སྐྱར་སྟོན་མཛོད། དེ་སྐྱར་བྱ་སྟོབ་ཡོངས་  
ཤིས་མཁྱིན་གཅིག་ཏུ། གདུང་ཤུགས་དག་སོས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། བསྟན་དང་  
འཁོ་ལ་སྟན་པའི་སྐྱལ་སྐྱུ་མཆོག །མིག་གི་ལམ་ཏུ་མཛོན་སུམ་སྐྱར་མཇལ་གོག །མད་བྱང་  
སྤུས་བཅས་རྒྱལ་པའི་བྱིན་རྣོབས་དང་། ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། བདག་  
གི་ལྷག་བསམ་དག་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཤིས། རི་སྐྱར་སྟོན་པའི་དོན་ཀུན་འབྱུང་བྱུར་ཅིག ། །

ཅེས་པ་དེ་ཡང་ཨ་མདོ་མཆོ་སྒོ་བ་མགོན་པོ་ཡིན་པོ་ཆེ་སོགས་མེད་སྟུང་ལྟ་  
སྟུང་གིས་ནན་ཏན་གྱིས་བསྟུན་པོར་ཡམ་ཡིན་པ་དག་དཔར་སྤྱོད་ཆོག་མ་གྱིང་བཤོ།

## སྤྲུལ་པའི་རྣམ་འབྱོར་ལེགས་ཆོག་ཀྱི་ཅ་བ་ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། རང་གི་སྤྱི་ཐོར་སེང་ཁྱི་བད་ཆེན་ཉིད་།། ཅ་བའི་སྤྲུལ་པ་དག་དབང་  
 རུན་ཆོག་མཆོག་། ཞལ་གཅིག་བྲག་གཉིས་སྤྱི་ལ་མོ་གྲུང་གིས་བཞུགས།། ཆོས་གོས་  
 གསུམ་གསོལ་གསེར་མདོག་བཏུ་ཞུས་མཛེས།། བྲག་གཡས་ཆོས་འཆད་གཡོན་བ་མཉམ་  
 གཞག་སྟེང་།། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཆོག་ཤེར་བྱེན་སྟེགས་བཅ་བསྐྱམས།། གནས་གསུམ་ཡི་  
 གོ་གསུམ་མཆོན་རྩྱུ་ཡིག་ལས།། འོད་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་བ་རྣམས་སྤྱན་དངས་ཐེམ།། རྒྱབས་  
 ཀུན་འདུས་པའི་དོ་ཐོ་ཉིད་དུ་གྱུར།། སྒོ་གསུམ་གྲུས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་བྲག་འཆལ་ལོ།། དངོས་  
 བཤམས་ཡིད་སྤྲུལ་མཆོད་བ་མ་ལུས་འབྱུལ།། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྟེགས་ལྷུང་ཐམས་ཅད་  
 བཤགས།། རྒྱུ་འབགས་དགོ་བ་རྣམས་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།། འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་དུ་ལེགས་  
 བཞུགས་ནས།། འགྲོ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་།། བདག་གཞན་དགོ་རྣམས་བྱང་  
 རྒྱུ་ཆེན་ཐོར་བསྟོ།། སྤྱིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་ཟླ་རིན་ཆེན་བདུན།། རིན་ཆེན་མཐུལ་ཀུན་བཟང་  
 མཆོད་པའི་ཆོགས།། སྤྲུལ་པ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབྱུལ།། ཐུགས་རྗེས་བཞེས་ནས་  
 བྱེན་ཀྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།། དག་ལ་དབང་འབྱོར་བྱུང་བུད་ལྷ་བ་ཡིས།། རིང་ནས་འབྲལ་མེད་  
 རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་མཐུས།། རུན་སུམ་ཆོག་པའི་རྣམ་དཔྱོད་དབལ་མངའ་བ།། སྤྲུལ་པ་དགོ་  
 པའི་བཤེས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།། ཨོ་ཞུ་གྲུ་རུ་བཟོ་རྩ་མ་གྱི་རྒྱ་ལ་སྤྱི་སྤྱི་རྩྱུ་རྩྱུ་། ཞེས་གང་  
 མང་བསྐྱུས། དེ་ནས། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་རིན་ཅན་རྗེ།། རྒྱལ་བཞིན་བསྟེན་བ་ལམ་  
 ཀྱི་ཅ་བ་རུ། ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་བ་དུ་མ་ཡིས།། གྲུས་བ་ཆེན་པོས་བསྟེན་པར་བྱེན་

གྲིས་ཆོབས། ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་བའི་ཉེན་བཟང་འདི། འིན་ཏུ་རྟེན་དག་འདོན་ཆེན་ཤེས་  
གྱུར་ནས། ཉེན་མཆན་ཀུན་ཏུ་སྤྲོད་པོ་ལེན་པའི་སྒོ། རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྲིས་  
ཆོབས། ལུས་སྟོག་གཡོ་བ་ཚུ་ཡི་ཚུ་བྱུར་བཞིན། ལྷུང་དུ་འཇིག་པའི་འཆི་བ་བྱན་པ་དང་། འི་  
བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་སྤྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ། དེས་  
པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ནས་ཉེས་པའི་ཆོགས། སྤྲོད་སྤྲོད་པ་རྒྱུ་ཡི་སྤྲོད་པ་དང་། དགོ་ཆོགས་  
མཐའ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉག་ཏུ་བག་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། ལྷུང་པས་མི་  
ངོམས་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཀུན་གྱི་སྒོ། ཡིད་བརྟན་མི་བྱུང་སྤྲོད་པའི་ཕྱན་ཆོགས་ཀྱི། ཉེས་དམིགས་  
རིག་ནས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ། དོན་གཉེར་ཆེན་པོར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། རྣམ་དག་  
བསམ་པ་དེ་ཡིས་བྲངས་པ་ཡི། བྱན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས། བརྟན་པའི་ཙ་  
བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ། ལྷུབ་པ་སྤྲོད་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། རང་ཉིད་སྤྲོད་མཆོར་ལྷུང་  
བ་རི་བཞིན་དུ། མར་གྱུར་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དེ་འདྲ་བར། མཐོང་ནས་འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བའི་ཁྱར་  
ཁྱེར་བའི། བྱང་ཚུབ་སེམས་མཆོག་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། སེམས་ཅམ་བསྐྱེད་ཀྱང་  
ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་གསུམ་ལ། གོམས་པ་མེད་ན་བྱང་ཚུབ་མི་འབྱུབ་པར། ལེགས་པར་མཐོང་  
ནས་རྒྱལ་སྤྲོས་སྤྲོམ་པ་ལ། བཅོན་པ་བྲག་པོས་སྒྲོབ་པར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། ལོག་པའི་ཡུལ་  
ལ་གཡོང་བ་ཞི་བྱེད་ཅིང་། ཡང་དག་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དཔྱོད་པ་ཡི། ཞི་གནས་ལྷག་མཐོང་  
ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ། ལྷུང་དུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། ལུན་མོང་ལམ་སྐྱངས་སྤྲོད་  
དུ་གྱུར་པ་ན། ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་དོ་རྗེའི་ཐེག་ །སྐལ་བཟང་སྐྱེ་པོའི་འཇུག་ངོགས་དམ་  
པ་དེར། བདེ་ཆེག་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། དེ་ཆོ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་འབྱུབ་  
པའི་གཞི། རྣམ་དག་དམ་ཆོག་སྤྲོམ་པར་བསྐྱུང་བ་ལ། བཅོས་མ་མིན་པའི་དེས་པ་རྟེན་གྱུར་  
ནས། སྟོག་དང་བསྐྱོས་ཏེ་བསྐྱུང་བར་བྱིན་གྲིས་ཆོབས། དེ་ནས་རྒྱུད་སྤྲོད་སྤྲོད་པོ་རིམ་གཉིས་



གྱི། གནད་ནམས་ཇི་བཞིན་ཉོགས་ནས་བཙོན་བ་ཡིས། སྤྱན་བཞིའི་ནལ་འབྱོར་སྤྱོད་ལས་མི་  
གཡེལ་བར། དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྐྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་  
པའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་ཐོགས་ནམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་། བྱི་དང་  
ནང་གི་བར་དུ་གཙོད་པའི་ཆོགས། ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྟུན་ཏུ་གསོལ། སྐྱེ་བ་ཀུན་  
ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་། འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། ས་དང་ལམ་གྱི་  
ཡོན་ཏན་རབ་ཇོགས་ནས། རོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྤྱར་ཐོབ་ཤོག །དཔལ་ལྷན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་  
རིན་པོ་ཆེ། བདག་གི་སྤྱིང་གར་པ་རྣོད་སྤྱིང་བཞུགས་ལ། བཀའ་བྲིན་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་རྩེས་  
བཟུང་སྟེ། སྐྱུ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་སྐུ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱུ་དེ་ནས།  
འཇམ་དཔལ་དཔལ་འཕོས་ཇི་ལྟར་མཐེན་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། དེ་དག་  
ཀུན་གྱི་རྩེས་སུ་བདག་སྟོབ་བྱིར། དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། དུས་གསུམ་  
གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས། བསྟོ་བ་གང་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུགས་པ་དེས། བདག་  
གི་དགོ་བའི་ཅ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་། བཟང་པོ་སྤྱོད་བྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱི། ཞེས་སོགས་  
བསྟོ་སྟོན་གྱིས་མཐའ་བརྒྱན་པར་བྱའོ། སུ་མ་མཁྱེ་ལོ།

ན་མོ་གྲུ་བུ། མཐེན་པ་ཆེན་པོས་ས་ལམ་རིམ་བ་ནམས། བཅེ་བའི་དག་གིས་འགྲོ་  
བའི་དབང་པོར་བརྟན། ཏུས་མཐུས་སུ་ཆོགས་ཆེར་སྟོགས་འགྲོ་མགོན་ལ། གསོལ་བ་  
འདེབས་སོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤང་ཏུ་སོགས། །ཅེས་བ་འདི་ཡང་སྐྱབས་རྩེ་ཉིད་གྱིས་སྤྱོབ་ཆ་བ་  
འཕྲིན་ལས་ཆོས་འབྱོར་ལ་གནང་བའོ།། །



ཆུབས།། འབྲུམ་སྤག་ཆེ་བའི་དཔལ་ལ་འགྲན་པའི་མཐུས།། ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཐེག་མཆོག་  
 བཤེས་གཉེན་གྱིས།། འབྲལ་མེད་མཉེས་བཞིན་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་ཤོག། ཡིད་བཞིན་ནོར་  
 མཆོག་གྲེ་བ་འབྲུམ་སྤག་གིས།། འགྲན་མེད་ཉིད་དཀའི་ཉེན་བཟང་ཐོབ་དུས་འདིར།། མཐོག་  
 རྒྱུ་བྱ་བས་ནམ་ཡང་མི་གཡེང་བར།། གཏན་འདུན་སྙིང་པོ་ཚུལ་བཞིན་ལེན་པར་ཤོག། བཅེ་  
 མེད་འཆི་བདག་དག་པོས་མཛོད་སྤྱོད་ཆེ།། རིགས་གཟུགས་སྟོབས་འབྱོར་རྩལ་སྤགས་སྟན་  
 ལ་སོགས།། ཐབས་གཞན་གང་གིས་བསྐྱོག་པར་མི་བྱས་པར།། འཆི་བའི་ངང་ཚུལ་སྙིང་ནས་  
 དན་པར་ཤོག། ཡིད་གཟུགས་གཉེན་སོགས་ཆེ་འདིའི་སྤྱན་ཆོགས་ཀྱན།། རྒྱལ་དུ་བཞག་ནས་  
 རང་ཉིད་གཤེན་རྗེ་ཡིས།། དག་པོའི་ཆད་པས་མནར་ཆེ་ཡི་རེ་སྟུག། དེར་ནས་ནམ་དག་དམ་  
 ཆོས་བསྐྱབ་པར་ཤོག། ཐབས་ཚུལ་ཡོད་ཀྱས་བསྐྱུངས་པའི་རང་ལུས་ཀྱང་།། རོ་ཞེས་ཀྱན་  
 གྱིས་སྐྱུག་ཐོ་བྱེད་པའི་དུས།། གཅིག་ཏུ་པན་བ་དམ་པའི་ཆོས་ཡིན་པས།། སྤྱི་སྤྱོད་དགོ་སྐྱབ་  
 ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པར་ཤོག། ནམ་ཞིག་ཆེ་འདིའི་སྤྱང་བ་འགག་པའི་ཆེ།། འཕགས་མཆོག་གྲུ་  
 འཛིན་མགོན་པོའི་ཞལ་བསྟན་ནས།། བུ་ཁྱོད་དག་པའི་ཞིང་དུ་འཁྲིད་དོ་ཞེས།། རོ་མཆར་གསུང་  
 གི་དབྱགས་དབྱང་ཐོབ་པར་ཤོག། ཆེ་རབས་སྤེང་བར་འཕགས་མཆོག་ཁྱེད་ཉིད་གྱིས།། མ་ནོར་  
 ལམ་སྟོན་དགོ་བའི་བཤེས་མཛད་དེ།། མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་དོན་ཆེན་བསྐྱབ་པ་ལ།། སྤགས་རྗེ་  
 གཏེར་ཆེན་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་ཤོག། དེ་ལྟར་སྙིང་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།། ལྷ་མ་  
 འོད་ཁྱེད་རང་ལ་ཐེམ།། གསང་གསུམ་རྩོམ་ཁྱེད་བརྒྱ་ཡིས།། སྟོ་གསུམ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་  
 གྱུར།། དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱར་དུ་བདག། སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་འབྱུང་གྱུར་ནས།། འགྲོ་  
 བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག། བྱང་ཚུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་  
 ཆེ།། མ་སྐྱེས་བ་ནམས་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་།། སྐྱེས་བ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།། གོང་ནས་གོང་དུ་  
 འཕེལ་བར་ཤོག། །

## སྤྲེལ་མར་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཀ་ཚུལ་ཆོག་གས་བཅད་མ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རྩ། ཀ་དག་ཆོས་ཀྱི་དབྱེངས་ལས་མ་གཏོས་ཀྱང་། ཁ་དོག་དྲར་སྤྲིག་གར་གྱིས་རྣམ་རོལ་བ། ག་ནས་བཅལ་ཀྱང་དཔེ་སྤྲེལ་མ་མཆིས་པའི། ང་ཡི་སྤྲེལ་མ་བྲན་ཅོ་ཐུགས་རྩེས་དགོངས། ཅ་ཅིའི་སྤྲེ་དག་ལྷང་ལྷང་འདོན་བཞིན་དུ། ཆ་ཐུགས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་འདེབས་ན། ཇ་སོགས་འདོད་པའི་འདམ་དུ་བྱིང་བ་བདག །ཉ་ལ་མཆིས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐུགས་རྩེས་བྱངས། ཏ་སྤྲེལ་ག་ཏ་གང་ན་སྦྱ་བཞུགས་ཀྱང་། ཐ་མལ་བདག་གི་མགོན་དུ་བྱོན་པ་ཁྱོད། ད་ལྟ་མཇལ་དུ་མེད་པའི་སྤྲེལ་ཚུལ་འདིས། བྲ་ཆས་གཙང་ཅན་བདག་ནི་ཡིད་རེ་ཐུག །བ་ཏ་ལྟར་འཁྱོག་སྤྲིད་པའི་བཙོན་ར་ནས། བ་མཐར་བཟོད་པའི་གདམས་པ་སྦྱལ་ལགས་མོད། བ་སྤང་བདག་གིས་ཉམས་སྦྱ་མ་ཁོན་པས། མ་རིག་འབྲུལ་འཁོར་འདི་ན་ད་དྲང་ལུས། ཅ་ཏུར་འབྲུང་བ་བསྐྱས་པའི་མོད་ཉིད་ལ། ཆ་གང་དཔུལ་བར་སྦྱང་བའི་འཛིགས་པ་ཡིས། ཇ་ཡ་ཀུན་འདུས་ཁྱེད་ལ་སྦྱབས་མཆིས་ན། ཐ་ལེར་ཐུགས་རྩེའི་དབྱེངས་ནས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ཏ་ལྟར་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བཏྱེན་བྱེད་ཅིང་། ཐ་མ་སྤྱད་གྱིས་མངོན་པར་མཆོད་དང་སྟན། འ་ཕྱར་སྟོང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ལགས་ན། ཡ་མཆོན་ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་ཆར་དུ་སོབས། ར་གདེངས་གཤེན་རྩེས་སྦྱར་དུ་གསོད་མཐོང་ནས། ལ་ཕྱར་ཉིན་མཆོན་སྦྱབ་ལ་སྦྱར་བའི་མཐུས། ལ་རིའི་བྱ་ལྟར་བདེན་དོན་མངོན་གྱར་ཏེ། ས་ལམ་རྟོགས་པ་ཡུད་གྱིས་བཟོད་བྱོན་རྒྱུ་བས། ཏ་ཡི་ཉིན་མོངས་དུག་གིས་མགོ་མོངས་པས། ཏ་ཅང་འཛིགས་རུང་འཁོར་བ་འདིར་འབྲུམས་པའི། ཨ་མ་ཉམ་ཐག་འདི་རྣམས་མ་ལུས་པ། ཨ་ཏོའི་ཐར་པའི་གྲོང་དུ་འཁྱིད་པར་མཛོད། དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག །སྤྲེལ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་གྱུར་ནས། འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །ཅེས་པ་འདི་ཡང་ལམ་མིང་པས་བྲིས་པའོ། དགེའོ། དགེའོ།

## བསྐྱབ་བྱ་སྒྲིང་གི་གཟེར་བུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

མགོན་ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ལ།། བདག་གུས་པ་ཆེན་པོས་སྐྱབས་གསོལ་  
 གྱི།། དུས་འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར།། ཐུགས་བཅེ་བའི་ཐུགས་རྒྱས་འབྲལ་མེད་  
 ཟུངས།། མི་བདག་འབྲེལ་གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ་ཡིས།། གཞན་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བར་མི་བྱས་  
 གྱང་།། རང་སྒོ་སྤྲུལ་ཅད་ཟུང་འགྱུར་རེ་ཡིས།། ཆེག་དོན་ལྡན་འགའ་ཟུང་དབྱངས་སུ་ལེན།། ཉོག་  
 གོ་ས་མཐོན་པོར་བྱིན་ནས་གྱང་།། སྤར་ལྷུང་བ་འཁོར་བའི་སྤྱི་སྒོལ་ཏེ།། དོན་དེ་བྱིར་མཐོན་  
 པོའི་གོ་གནས་ལ།། ཁྱོད་མ་སྒོན་དམན་ཆ་སྤངས་ན་ལེགས།། རོར་ལོངས་སྤྱོད་རི་ཅམ་འབྱོར་  
 བ་ཡང་།། མཐར་མི་པན་ད་ལྟ་སྤང་བའི་རྒྱ།། དོན་དེ་བྱིར་སྤེད་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལ།། ཁྱོད་  
 མ་རེ་ཞེན་པ་གཏིང་ནས་ཐོངས།། གཉེན་ཉེ་དུ་འཁོར་སྒོབ་མང་ན་ཡང་།། མཐར་དབང་མེད་  
 སོ་སོར་གྱེས་ཏེ་འགྲོ།། དོན་དེ་བྱིར་མཛུགས་པོ་ལ།། ཁྱོད་མ་འཁྲུག་བསེ་རུ་ལྟར་དུ་  
 སྤོད།། མཆོན་སྤྲུལ་པས་ས་སྤྲོང་བྱ་ན་ཡང་།། དར་ཅིག་ནས་གར་སོང་ཆ་མེད་ཡལ།། དོན་  
 དེ་བྱིར་སྤྲུལ་གྲགས་བསྐྱེད་ཆེག་ལ།། ཁྱོད་མ་ཞེན་རྒྱངས་ཏེ་སྤྲུང་ལ་ཐོངས།། དུས་ད་ལྟ་ལང་  
 ཆོས་བྲེགས་ན་ཡང་།། སོ་མི་ཐུབ་སྤྲུང་དུ་འགྱུར་ནས་འགྲོ།། དོན་དེ་བྱིར་བདག་ནི་གཞོན་ནོ་  
 ཞེས།། ཁྱོད་མ་འབྱོར་གས་པའི་རང་ཆུལ་སོམས།། ལུས་ནད་མེད་ཆས་ཀས་མཛེས་ན་  
 ཡང་།། དུན་མི་རིང་ནད་ཀྱིས་གདུངས་པར་ངེས།། དོན་དེ་བྱིར་ཐོ་མདོག་བདེ་བ་ལ།། ཁྱོད་  
 མ་དགའ་ན་བའི་ཆུལ་ལ་སོམས།། ལར་སྤྱེས་པའི་མཐའ་ལ་འཆི་ངེས་ཤིང་།། དུས་ནས་འཆིའི་  
 ངེས་པ་ཡོད་མ་ལགས།། དོན་དེ་བྱིར་གསོན་པའི་གནས་སྐབས་ལ།། ཁྱོད་མ་ཉེན་འཆི་ཆས་  
 སྤྲུང་དུ་སྐྱབས།། གནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ།། མཐར་མི་བསྐྱེད་བྱ་བ་  
 གཅིག་གྱང་མེད།། དོན་དེ་བྱིར་སྤྲུལ་ཡི་དཔལ་ལ་ཡང་།། ཁྱོད་མ་ཆགས་ནམ་གྲོལ་བསྐྱབ་ལ་

རེས།། གློ་གང་ནས་རི་ཙམ་བསམ་ན་ཡང་།། ཆོས་མ་གཏོགས་སྤྱིང་པོ་མི་འདུག་པས།། ད་  
ཆོས་མིན་བསམ་སྒྱུར་རྒྱུ་བཅད་ནས།། ཆོས་ཁོ་ནས་མི་ཆེ་འདེལ་བར་སྒྲོན།། གཏམ་དེ་སྐད་  
ཆོག་ཏུ་སྒྲ་བ་ལྟར།། རོན་ལག་ཏུ་སྒྲངས་པས་རྩོ་ཐོགས་པར།། སྐབས་བསྐྱེད་སྒྲ་མ་མཆོག་  
གསུམ་ལ།། བདག་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས།། །།འདི་ནི་ལམ་མིང་བས་རང་ལ་  
གདམས་པའོ།། ། དགའོ།།

### ཞལ་གདམས་ཏུང་ཏུ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་ཏུ། དག་གི་དབང་ཕྱག་ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཡི།། མ་ཆད་སྒོ་སྒོས་བཟང་པོའི་  
ཐུགས་བསྐྱེད་ཁམས།། ཐུབ་བསྐྱར་འཛིན་པའི་མགོན་ཏུ་ལེགས་ཤར་བ།། རྒྱ་མཚོའི་གོས་ཅན་  
སྒྲ་མར་ཞབས་བཏན་ཤོག། རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་རྟེན་ན་དོན་ཆེ་བའི། མི་ལུས་ཁྱད་པར་ཅན་  
རྟེན་པའི་སྐབས་འདིར་ཆོས་རྣམ་དག་ཉག་གཅིག་ལས་སུ་བསྐྱར་ནས་གཏན་གྱི་མདུན་མ་མ་  
འཕྱགས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་ཤེས་དགོས། ཤེས་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས། བསྐྱབ་  
པ་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་ཞིག་བཅའ་དགོས་ཏེ། མ་ཆང་ན་རྒྱ་ཁ་ཡར་བས་  
འབྲས་བུ་མི་འབྱིན་པ་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་རི་ཙམ་ཞིག་འབད་ཀྱང་འདོད་པའི་དོན་  
མི་འགྲུབ། རོར་ན་ལམ་གོལ་ཏུ་ཞུགས་པས་བསྐྱོད་བྱའི་གནས་སུ་བྱིན་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་  
འབྲ་བར་འདོད་བྱའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་སྐབས་མེད། དེའང་ངོ་བོ་ནོར་ན་འོ་མ་འདོད་པས་རྒྱ་  
ལ་འཐེན་པ་དང་འབྲ་བར་ངལ་བ་དོན་མེད་ཏུ་འགྱུར། གོ་རིམ་ནོར་ན་རྒྱ་འབྲས་གོ་སྒྲོག་ཏུ་འགྱུར་  
བས་ལག་ལེན་བྱིན་ཅི་ལོག་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། དེ་བས་འཛིག་རྟེན་རང་འགའ་བའི་ལོ་  
རྟོག་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་འོང་བ་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆོགས་ཆང་ལ་ངོ་བོ་མ་ནོར་ཞིང་གོ་རིམ་མ་



འབྲུག་པ་འདི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ན་རྒྱལ་བའི་ལོ་རྒྱུ་ལུན་སྤུམ་ཆོག་པ་འབྲུང་བ་ལ་སྒོམ་  
མི་འཆའ་བས། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཞིག་འདོད་ཕྱིན་ཆད་དེ་རྒྱ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་  
བ་འཇམ་མགོན་ལྷ་མའི་བསྟན་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་འབྲུག་རིགས་སོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྱི་ན་བ་ལམ་  
མིང་པས་བྲིས་པའོ།། །

## རང་སེམས་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་སྙིང་གཏམ་ཞེ་བརྒྱད་མ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་བུ། ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་གྱི། ཞབས་གྱི་བརྒྱུར་གྲུས་པས་  
བྲག་བྲས་ཏེ། ལོག་པའི་ལམ་ཞུགས་དཔུ་ཚོད་སེམས་གྱི་རྟ། ཆོས་ལ་བཅུད་ཕྱིར་བསྐྱལ་མའི་  
ལྷག་འདི་གདེངས། ༡ གང་ལ་བརྟེན་ན་མཐོ་རིས་ཐར་པའི་སར། ཡུད་གྱིས་འབྲེན་པའི་ལམ་  
སྟོན་དགེ་བའི་བཞེས། གཞོན་ཅུ་འོད་ལྗར་བསམ་དང་སྒྲུར་བ་ཡིས། ཚུལ་བཞིན་མཉེས་པར་  
གྱིས་ཤིག་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༢ མ་ཞོར་ལམ་སྟོན་བྱིན་ཅན་ལྷ་མ་རྩེ། རྒྱལ་ཀུན་འདུས་པའི་  
ངོ་བོ་ཡིན་པས་ན། དེ་ཉིད་གཅིག་ཕྱིར་མཆོད་པས་རྒྱལ་བ་ཀུན། མཆོད་དང་ཁྱད་པར་མེད་  
དོ་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༣ མདོར་ན་སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ལྷ་མ་རྩེ། ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་  
ན་ལེགས་ཆོག་ཀུན་འབྲུང་ཞིང་། གཞན་དུ་མི་འདོད་སྤྲ་རྒྱ་འབྲུང་གསུངས་པས། རང་གི་  
སྒོག་བཞིན་བསྟེན་ཅིག་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༤ འདི་ཕྱི་གཏན་གྱི་འདོད་དོན་བདེ་ལྷག་ཏུ། སྐྱབ་  
པར་རུས་པའི་རྟེན་བཟང་འདི་འདྲ་བ། ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དཀའ་བས་རྩེད་དུས་འདིར། གཏན་གྱི་  
མདུན་མ་སྐྱབས་ཤིག་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༥ ད་ལྟ་ཅི་བྱེད་རང་དབང་ཡོད་དུས་སུ། སྙིང་ནས་  
བསྐྱེམས་ཏི་སྙིང་པོ་མ་ལེན་ན། བྱེད་པར་འདོད་ཡུང་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། དུས་ཤིག་སྤུར་དུ་  
ཡོང་ངོ་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༦ གཏིང་ཟབ་མི་ཁོས་གནས་སུ་སྤྱང་གྱུར་ན། ཕྱི་ནས་ཐར་པའི་རེ་བ་

མ་མཆིས་པས། ༥ ལྷ་ཁོམ་པའི་དུས་འདིར་རབ་བསྐྱེམས་ཏེ། བཙན་ས་ཟིན་པར་གྱིས་ཤིག་  
སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༦ ཆེ་རབས་གཏན་དུ་བདེ་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ། རྣམ་དག་ཆོས་བཞིན་སྐྱབ་  
པའི་སྐྱབས་བྱུང་ན། ཡུན་ཐུང་ཆེ་འདིར་རི་ལྷར་ཕོངས་གྱུར་ཡང་། འགྲོད་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་  
སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༧ ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་ལྷུང་སྒྲངས་ནས། ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་བདེ་  
བ་ཡལ་བོར་ན། རྩ་ལོ་ཁམ་འགའི་དོན་དུ་སློག་འདོར་བའི། ལྷགས་དང་བྱད་པར་མེད་དོ་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༨ དལ་འགྱུར་རིན་ཆེན་སྒྲིང་དུ་སོན་གྱུར་ནས། དམ་ཆོས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མི་  
ལེན་ན། སྤང་མདོག་ཚོད་མདོག་རི་ལྷར་བྱས་ཡང་བྱུང་། དེ་ལས་སྒྲེན་པ་མེད་དོ་སྙིང་གཏམ་  
ཡིན། ༩ ཆོས་དང་མཇལ་ནས་ཆོས་དོན་མ་བསྐྱབས་པར། ཆོས་མིན་ལས་གྱིས་མི་ཆེ་འདུང་  
གྱུར་ན། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམས་རར་འགྲིམས་པའི་ཆེ། ཆོས་པའི་རང་མཆང་དོལ་ལོ་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༡༠ སྙིང་པོ་མེད་པའི་འདི་སྙིང་བྱ་གཞག་ལ། སྙིང་པོར་རྣམ་སྟེ་མགོ་བོ་འཁོར་  
འཁོར་ནས། སྙིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་སྣ་གཅིག་མི་བྱེད་ན། སྙིང་ཅ་རུལ་བར་ངས་སོ་སྙིང་གཏམ་  
ཡིན། ༡༡ འཆི་བར་ངས་ཤིང་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་ཅིང་། འཆི་ཆེ་ཆོས་ལས་གཞན་གྱིས་མི་པན་  
པས། ཆོས་མིན་བྱ་བ་མཐའ་དག་རྒྱངས་སྒྱུར་ཏེ། ཅི་དུས་ཆོས་ལ་འབྱུངས་ཤིག་སྙིང་གཏམ་  
ཡིན། ༡༢ མཉམ་དུ་འགྲོགས་པའི་སྤྱོད་པོ་དེ་སྙིང་ཅིག །སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་འཆི་བར་མཐོང་བཞིན་  
དུ། རང་ཉིད་འཆི་སྙམ་མེད་པའི་རྟག་འདྲིན་ཅན། གདེངས་སྤྱོད་ཅིག་བདོག་སོམས་ཤིག་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༡༣ དུས་མིན་འཆི་རྒྱུ་ལྷག་ལྷར་འཁྱུག་ཅིང་། ལུས་སློག་དབྱ་བ་ལྷ་བྱར་  
ཉམ་རྒྱང་བས། འདི་ནི་ཡུན་རིང་སྤྱོད་པའི་མཐུ་མེད་ཀྱི། འགྲོ་ཆས་ལ་ཁུར་གྱིས་ཤིག་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༡༤ བྱིན་ས་འོང་རྒྱ་མི་རྟག་འཆི་བའི་རྒྱལ། སྤོན་ནས་བསམས་ཏེ་འཆི་བྱལས་  
མ་བྱས་ན། དུས་ལ་གཏུགས་ཆེ་ཅི་བྱར་མ་མཆིས་པས། རྩི་ཡོང་སྤོན་ལ་སོམས་ཤིག་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༡༥ སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེ་ལ་ཡིད་བརྟན་མ་མཆིས་པས། ཉིན་རེ་བཞིན་ཡང་འཆི་བོན་

མ་བྱས་ན།། སར་ཅམ་མི་འཆི་སྟམ་པའི་རྟག་འཛིན་འདིས།། མགོ་བོ་བསྐྱོར་ཉེན་གངའོ་སྟོང་  
གཏམ་ཡིན།། ༡༧ ཆེ་འདིར་གཉེན་བཤེས་ཇི་ཅམ་མང་གྱུར་གྱང་།། བ་རོལ་འགྲོ་ཆེ་གཅིག་གྱང་  
འཁྲིད་དབང་མེད།། སྟོང་གསུམ་གང་བའི་འོར་ལ་དབང་གྱུར་གྱང་།། ཉིལ་ཅམ་འབྲེར་དབང་  
མེད་དོ་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༡༨ ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་འགྲོ་བའི་ཚུལ་བསམས་ན།། གཅིས་  
པའི་འོར་དང་མཇུག་པའི་གྲོགས་པོ་སོགས།། གུན་ལ་སྟོང་པོ་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པས།། ཞེན་པ་  
གཏིང་ནས་ཐོངས་ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༡༩ ཆེ་འདི་ཡུན་རྒྱུ་མི་ལས་རྒྱུ་གཅིག་ཅམ།། ཕྱི་  
མ་ལུལ་རིང་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་པ་ཆེ།། དེ་བས་ཆེ་འདིའི་དོན་ལ་མི་ལྟ་བར།། ཕྱི་མའི་དོན་ལ་རེས་  
ཞིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༠ དཀར་པོ་དགེ་བའི་སྤང་བ་ཆེས་སྤྲ་ཞིང་།། མི་བཟད་སྤྲིག་པའི་ལས་  
ནི་སྟོབས་ཆེ་བའི།། ཚུལ་ལ་བསམས་ན་འདི་ནས་འཕོས་མ་ཐག །དཔུལ་བར་སྤྱང་ཉེན་གངའོ་  
སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༡ རྒྱས་མེད་ཡུལ་དུ་གྲོགས་མེད་འབྲམས་པའི་ཆེ།། ཆེ་འདིའི་གཉེན་  
བཤེས་ལོངས་སྟོང་གུ་གྲིས་བསྟུ།། བསྟུ་བ་མེད་པ་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་གསུམ།། གསུམ་  
ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ཞིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༢ གལ་ཏེ་སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་  
ཡོད་ན།། སྟོང་གསུམ་འཛིག་ཉེན་ཁམས་སུ་ཤོང་མིན་པས།། ཉེན་དང་མཆོན་དུ་དགོན་མཆོག་  
སྐྱབས་འགྲོ་ལ།། བཙོན་བ་ལྷུང་ལེན་གྲིས་ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༣ སངས་རྒྱས་ཞེས་  
བྱའི་སྤྱ་ཡང་འཛིག་ཉེན་དུ།། འབྱུང་བ་དགོན་ཞེས་བྱབ་པ་མཆོག་གསུང་ན།། སྐྱབས་སུ་དགོན་  
མཆོག་བསྟེན་དུ་ཡོད་པ་འདི།། སྐལ་བ་ཤིན་ཏུ་བཟང་དོ་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༤ བལ་གྱི་རིན་པོ་  
ཆེས་གྱང་འདོད་པའི་དོན།། སྟོལ་ཞེས་གྲགས་ན་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེས།། ཅི་འདོད་དངོས་  
གྲུབ་སྟོལ་བར་ཐེ་ཆོམ་ཅི།། གསོལ་བ་སྟོང་ནས་ཐོབ་ཅིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༥ མདོར་ན་རང་  
གོ་ངོས་ནས་དགོན་མཆོག་ལ།། ཡིད་གཉིས་མེད་པར་སྟོ་སྟོས་འཆའ་བུས་ན།། དགོན་མཆོག་  
ངོས་ནས་བསྟུ་བ་མི་མིད་པས།། སྟོ་བུགས་ཡིངས་གྲིས་འགལ་ཞིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།། ༢༦

སྙིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་དགོན་མཆོག་ལ། སྐབས་སུ་སོང་བའི་ཕན་ཡོན་འདི་ཙམ་  
ཞེས། སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་གསུང་བར་མི་སྤྱོད་པས། ཉམས་ལེན་མཐེལ་དུ་གྱིས་ཤིག་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༡༦ སྤྲིག་པའི་མེ་རུ་ཞུགས་ན་སྤྲུག་བསྐལ་གྱིས། འཆོག་ཅིང་མནར་བ་དངོས་  
པོའི་ཆོས་ཉིད་ཕྱིར། ཅིས་ཀྱང་སྦྱོན་ཆད་སྤྲུག་བསྐལ་མི་འདོད་ན། སྤྲིག་ལ་འཛེམས་པ་དགོས་  
སོ་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༡༧ རྣམ་དཀར་ཆབ་ལ་བསྟེན་ན་བདེ་བ་ཡིས། བརྒྱན་ཞིང་སེམ་པ་  
དངོས་པོའི་གཤེས་ཡིན་ཕྱིར། རི་ཙམ་བདེ་བ་འདོད་པ་དེ་ཙམ་དུ། དགེ་ལ་འབྱུག་པར་རིགས་  
སོ་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༡༨ མདོར་ན་བདེ་བ་འདོད་ན་དགེ་ལ་འབྱུངས། སྤྲུག་མི་འདོད་ན་དེ་རྒྱ་  
སྤྲིག་པ་སྤོངས། སངས་རྒྱལ་དངོས་ལ་ཞུས་ཀྱང་འདི་ལས་ལྷག་ཤིང་མས་པ་གསུང་རྒྱ་མེད་དོ་  
སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༢༠ ཅི་སྟེ་སྤྲིག་པའི་ལས་ལ་མི་འཛེམ་ན། ལས་རྣམས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བ་  
བའི་མཐུས། སྤྲུག་བསྐལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་མནར་འགྱུར་བས། སྤྲིག་ལ་ཅི་རུས་འཛེམ་ཞིག་  
སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༢༡ ཅི་སྟེ་དགེ་བའི་ལས་ལ་མ་འབད་ན། ལས་རྣམས་མ་བྱས་པ་དང་མཉམ་  
མེད་ཕྱིར། བདེ་བ་བཙམ་ཀྱང་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་བས། དགེ་ལ་ཅི་རུས་འབྱུངས་ཤིག་སྙིང་  
གཏམ་ཡིན། ༢༢ གཞན་ཡང་དགེ་སྤྲིག་ཤིན་ཏུ་ཆུང་དུས་ཀྱང་། བདེ་སྤྲུག་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་  
འབྱེན་གསུངས་པས། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བར་ཡང་། འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་  
གྱིས་ཤིག་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༢༣ སྦྱོན་ཆད་འཁོར་བར་སྤྲུག་བསྐལ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཤྱོད་དུ་ཟེན་  
ཀྱང་ད་དུང་སྤྲུག་བསྐལ་གྱི། ཕྱི་མཐའ་མི་མདོན་འདི་ལ་བསམ་ཤེས་ན། སེམས་པ་གཏིང་ནས་  
སྦྱོའོ་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༢༤ དཔྱལ་བའི་ཁོ་རྒྱ་འབྱུང་བ་གཅིག་ལུས་ཀྱང་། རྒྱ་མཆོའི་ཆད་  
ལས་ཆེས་ཆེར་བཀལ་མོད་གྱི། ད་དུང་དེ་ཙམ་འབྱུང་དགོས་བྱུང་ན་གོ། །བཟོད་སྤྲུགས་ཡོད་  
དམ་སོམས་ཤིག་སྙིང་གཏམ་ཡིན། ༢༥ དལ་འབྱོར་གྱ་པོ་ཆེ་དང་མཉམ་དུས་འདིར། སྤྲིམ་  
སྟེ་སྤྲུག་བསྐལ་རྒྱ་མཆོ་མ་བཀལ་ན། གྱ་འདི་ཕྱི་ནས་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་བས། ཐར་པའི་གོ་

སྐབས་མེད་དོ་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༣༩ མིང་པའི་བདེ་བ་གང་ན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་། སྟོན་ཆད་ལན་  
 གངས་དུ་མར་སྐྱངས་མོད་ཀྱི། ༤༠ རྩ་བའི་ཡུལ་དུ་ཡང་མི་གདའ་བས། འཁོར་བར་ཡིད་བརྟན་  
 མེད་དོ་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༡ ཇི་སྟོང་འཁོར་བའི་བཙོན་ནས་མ་ཐར་བ། དེ་སྟོང་བདེ་བ་ནས་  
 ཡང་ཡོད་མིན་པས། སྟོང་ལ་རུས་པ་བཅུག་སྟེ་ཆེ་ཞབས་འདིར། ཐར་ལམ་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབས་  
 ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༢ རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་སྟོན་ནས་བསམ་ཤེས་ན། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ཅ་བ་མ་རིག་ཉིད་ལ་ཐུག། དེ་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་གཏན་དུ་སྟོང་འདོད་ན། མ་རིག་རྒྱངས་ནས་  
 སྐྱངས་ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༣ བདག་མེད་རྟོགས་པའི་དོ་རྗེས་མ་གཏོགས་པ། བདག་  
 ལྟའི་རི་བོ་གཞོམས་པའི་ཐབས་མེད་པས། བདག་ལ་གལ་ཏེ་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་གོ། བདག་  
 མེད་ཡུན་དུ་སྟོམས་ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༤ དབང་པོ་ཕྱི་ནས་བསྐྱེལ་པའི་ཁྲིམས་མེད་  
 བ། རང་སེམས་ནང་དུ་གནས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། མི་གནས་སེམས་ཀྱིས་བདེན་དོན་མི་  
 མཐོང་བས། བསྐྱབ་གསུམ་ཆང་བར་སྐྱབས་ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༥ བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་  
 སྟོང་ཆོས་ཀྱི་སྟོང་པའི་བཅུད། བྱམས་དང་སྟོང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྟོན། ཡུན་དུ་བསྟེན་  
 ཏེ་རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་ཀྱི། ལུག་རྩ་རྒྱངས་ནས་འབྲིན་ཅིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༦ མ་  
 གྱུར་འགོ་ནམས་སྟོང་ཞིའི་འཛིགས་པ་ལས། བསྐྱེལ་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 དེ། ཕྱིན་དུག་བསྐྱེད་དོས་བཞི་ཡི་ཉམས་ལེན་ལ། ཏྲག་གུས་སྟོར་བས་བཙོན་ཞིག་སྟོང་གཏམ་  
 ཡིན། ༤༧ སྟོང་བཞིན་སྟོང་པའི་དོན་དམ་ཆོས་ཉིད་དང་། སྟོང་བཞིན་སྟོང་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཆོས་  
 ཅན་གཉིས། བན་ཚུན་འགལ་མེད་གོགས་སུ་འཆར་བ་ཡི། ཐལ་འགྱུར་ལུགས་བཟང་ཆོལ་  
 ཅིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༨ དཀོན་པ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་དཀོན་པའི་ཆོས། སྤྱར་བ་ལས་  
 ཀྱང་ཆེས་ཆེར་སྤྱར་བའི་ལམ། གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་གསང་བའི་གནས། སྤྱགས་  
 ཚུལ་ཉམས་སུ་འོངས་ཤིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན། ༤༩ གཞན་དུ་གངས་མེད་བསྐྱེལ་པར་རྟེན་

དགའ་བའི། ལྷ་གསུམ་གྱི་འཕང་ཆེ་འདིར་ཐོབ་བྱེད་ལམ། ། འདི་དང་མཇལ་ནས་ཉམས་སུ་མི་  
ལེན་ན། སྤྱོད་པ་བས་ཀྱང་སྤྱོད་སྟེ་སྤྱོད་གཏམ་ཡིན། ། ༤༩ མདོར་ན་མདོ་སྤྱལ་སྤྱོད་ཆེང་ལ་མ་  
ཁོར་ལམ། གསལ་བསྟན་འདི་འདྲ་རབ་འབྱམས་ཞིང་ཀུན་ཏུ། བཅོམ་ཀྱང་རྟེན་བར་དགའ་  
བས་རྟེན་དུས་འདིར། རྟེན་གྱི་ཆོད་པ་དགོས་སྟེ་སྤྱོད་གཏམ་ཡིན། ། ༥༠ སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པའི་  
སྤྱོད་གཏམ་ཡིད་བཞིན་ཁོར། སྤྱོད་གི་ཟ་མ་ཏོག་དུ་ལེགས་ཆོངས་ཏེ། སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་  
པོར་བྱས་ཤིག་ཅེས། སྤྱོད་མེད་བདག་གིས་བདག་ལ་ཐལ་མོ་སྤྱར། དེ་ལྟར་སྤྱོད་གཏམ་སྤྱོད་  
གི་ཐེག་པའི་ཐེང་། ཆོག་གི་སྤྱད་བྱར་བསྐྱེད་པས་པའི་དགོ་བ་དེས། རང་གཞན་སྤྱོད་ཁ་ཆོས་ལ་  
སྤྱལ་སྤྱོད་ཀྱང་ནས། ཆོ་སྤྱལ་ཆོས་ཀྱིས་དོན་སྤྱོད་བྱེད་པར་ཤོག ། ཅེས་པ་འདི་ཡང་རི་ལྟར་བྱས་  
ཀྱང་བག་མེད་རྣམ་གཤེད་ལ་འཆོར་བར་མཐོང་སྟེ་ཡིད་སྤྱོད་ནས་རང་གིས་རང་ལ་བསྤྱོད་སྤྱལ་  
གི་ཚུལ་དུ་ཆོས་མེད་ཆོས་པར་བརྟུ་བའི་སྤྱོད་པས་ལས་མཁན་བཅུན་གཟུགས་དག་དབང་ལུན་  
ཆོག་ས་སམ་འདྲ་འབྲེལ་གང་ཡང་མེད་པའི་བཏགས་མིང་དུ་ལམ་རིམ་པར་འབོད་པས་རང་ལོ་  
ར་གཅིག་པར་འབྲས་སྤྱངས་སུ་སྤྱར་བའོ། ། ། བན་ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག ། དགོ་ལེགས་འཕེལ།

དང་སེམས་ཚུལ་ལ་བསྐྱེད་བའི་བཀའ་སློབ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། གང་མཆོག་པན་གཅིག་ན་བར་སྤྱང་བས་ཀྱང་། མིང་ཞིའི་དབྱུང་བ་སེལ་  
དང་ཆབས་ཅིག་བར། ཅི་འདོད་རེ་བ་སྒོང་བ་ཡིད་བཞིན་ནོར། ཟླ་མ་མཆོག་གསུམ་གཙུག་  
གི་རྒྱན་དུ་རོལ། རྒྱུགས་དག་འདི་ཕྱི་གཏན་དུ་བདེ་འདོད་ཅིང་། རྒྱུག་མི་འདོད་ན་ཆོས་བཞིན་  
བྱ་དགོས་པས། རི་རྒྱར་བྱ་རྩལ་མདོར་བསྐྱུས་གོ་བདེ་བར། ཅིག་འགའ་གསོལ་ལ་རྩང་  
ཟད་རྒྱན་གཏོང་ཅིག །ནང་པ་དག་གིས་རྒྱན་པ་འཆོལ་བ་བཞིན། མོག་མར་ཆད་རྒྱན་བཞེས་



གཉེན་དམ་པ་ཞིག །བཅའ་ནས་བསམ་སྒྲུབ་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ། བསྐྱེད་ནས་གདམས་  
 པ་ཡོངས་ཤིག་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། ཐོག་མེད་དུས་ནས་དབྱུང་བ་ཡི་དྲགས་སོགས། མི་ཁོས་  
 གནས་སུ་སྤོང་དགོས་བྱུང་མོད་ཀྱི། ད་རེས་དེ་ནས་ཡུད་ཅམ་ཐར་བ་འདི། མི་ལམ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ནོ་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། རྟེན་དཀའི་མི་ལུས་ལན་ཅིག་རྟེན་དུས་འདིར། སྦྱང་ནས་བསྐྱེད་མས་  
 ཉེ་སྦྱང་པོ་མ་སྐྱངས་ན། སྐར་ཡང་རན་སོང་གནས་དེར་ལྷུངས་པའི་ཆེ། འགྲོད་ཀྱང་འབྲིས་  
 པར་ཟད་དོ་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། ཤིན་ཏུ་དབྱུང་བའི་མི་ཞིག་གསེར་སྦྱིང་དུ། ཡུད་ཅམ་ཚུད་ན་  
 རོར་བུ་ཅིས་མི་ལེན། དེ་བཞིན་བདག་འབྲས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དུས་འདིར། དེ་བས་སྦྱང་པོ་  
 སྐྱང་དགོས་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཀྱང་དོན་མེད་ནམ་གཡེང་ངང་། མི་ཆེ་འདས་  
 བ་དབྱུང་པོས་གསེར་སྦྱིང་ནས། ལག་སྟོང་ལྗོག་པ་ལས་ཀྱང་ཆེས་པངས་པས། རང་ལྷག་  
 རང་ལ་ཐོབས་ཤིག་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། དོན་ཆེན་གཏན་བདེ་སྐྱབ་བྱས་ཉེན་བཟང་འདི། དོན་  
 མེད་འདི་སྤང་ལས་ལ་ཚུད་གསན་ན། མི་རུ་རྩོམ་ཡང་དོན་དུ་བྱུང་སོང་དང་། ཁྱད་པར་ཅི་  
 ཡང་མེད་དོ་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། སྦྱེས་པའི་ནམ་གཞུག་འཆི་ལས་མ་འདས་ཤིང་། འཆི་ཆེ་ཆོས་  
 ལས་གཞན་གྱིས་མི་པན་པས། པན་དེས་ཆོས་ཤིག་ཉི་མ་དེ་རིང་ནས། གང་བྱས་ཅི་ཡོང་  
 སྐྱབས་དང་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། ཐ་ན་དེ་རིང་ཅམ་ཡང་མི་འཆི་བའི། གདེང་ཆོད་ཅུང་ཟད་ཅམ་  
 ཡང་མེད་བཞིན་དུ། ད་དུང་སྤོང་གཤོམ་ཁོ་ནས་དུས་འདའ་བ། མི་ཁྱོད་སྦྱོ་བ་མིན་ནམ་སྦྱང་  
 གཏམ་ཡིན། ཆེ་འདིའི་གཅིས་ནོར་པ་མ་སྐྱབ་མཆེད་སོགས། ཡིད་ལ་གཅགས་ཀྱང་རིང་  
 མིན་དབང་མེད་དུ། བཞག་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱར་འགྲོ་དགོས་པས། འགྲོ་ཆས་ལ་ཁུར་  
 སྤོགས་དང་སྦྱང་གཏམ་ཡིན། རང་རེས་མཐོང་བའི་སྦྱེ་པོ་ཇི་སྦྱང་ཅིག །ཤི་ནས་ད་ལྟ་གར་  
 སོང་ཆ་མེད་ཐལ། རང་ཡང་རིང་མིན་དེ་ལྟར་ཐལ་བས་ན། ཆེ་འདིར་ཆགས་ནས་ཅི་བྱེད་སྦྱང་  
 གཏམ་ཡིན། ཉེས་ཅན་གསོད་སར་བཞི་བའི་བར་སྐབས་དེར། རོར་བུ་རྟེན་ཀྱང་དགོས་སྐྱུ་མ་

མཆིས་ལྟར། མི་ཆེ་ཡུད་ཀྱིས་སོང་བའི་བར་སྐབས་འདིར། ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད་དོ་སྟེང་  
གཏམ་ཡིན། བྱི་ནས་འོང་རྒྱ་མི་རྟག་འཆི་བའི་ཚུལ། སྟོན་ནས་བསམས་ཏེ་འཆི་བྱའས་མ་  
བྱས་ན། ཏུས་ལ་གཏུགས་ཆེ་ཅི་བཟུང་མ་མཆིས་བས། རྩེས་ཡོང་སྟོན་ལ་སོམས་དང་སྟེང་  
གཏམ་ཡིན། སྟེང་པོ་མེད་པའི་འདི་སྟངས་བྱ་བ་ལས། སྟེང་པོར་རྩོམས་ཏེ་མགོ་བོ་འཁོར་འཁོར་  
ནས། སྟེང་པོའི་ལྷ་ཆོས་སྟེ་གཅིག་མི་བྱེད་ན། སྟེང་ཅ་རུལ་བར་ངེས་སོ་སྟེང་གཏམ་ཡིན། ཆེ་  
འདི་རི་ལྟར་རིང་ཡང་ལོ་འགའ་ཙམ། བྱི་མ་པན་གྱི་མཐའ་ལ་གཏུགས་ཏུས་མེད། དེ་བྱིར་འདི་  
ལས་བྱི་མ་གལ་ཆེ་བས། བྱི་མའི་དོན་ལ་འབྱུངས་ཤིག་སྟེང་གཏམ་ཡིན། མི་ཆེ་གང་སོ་སྟེང་  
ན་ཉིན་གཅིག་ཙམ། དཀའ་བ་སྟུང་དགོས་བྱུང་ཡང་ཅི་མི་བཟོད། དེ་བཞིན་གཏན་དུ་སྟེང་ན་ཆེ་  
བྱུང་འདིར། ཆོས་བྱིར་སྟུག་ཀྱང་ལོས་བཟོད་སྟེང་གཏམ་ཡིན། ཉིན་གཅིག་བདེ་ལ་ཆགས་ནས་  
མི་ཆེའི་རིང་། སྟུག་ལ་སྟོར་ན་ཤིན་ཏུ་ལྷན་བ་སྟེ། ཆེ་འདིར་ཆགས་ནས་གཏན་དུ་སྟུག་བསལ་  
ལ། སྟོར་ན་དེ་བས་ལྷན་པོ་སྟེང་གཏམ་ཡིན། ད་ལྟ་མཐོ་ཡིས་སྟེབ་ཏུས་མ་འབད་ན། བས་  
ཞིག་འདོམ་གྱིས་མི་འཁྱུད་ཏུས་བྱུང་ཆོ། འགྲོད་ཀྱང་པན་པ་མེད་བས་བྱ་དགོས་ནམས། ད་  
ལྟ་ཉིད་ནས་བྱོས་དང་སྟེང་གཏམ་ཡིན། བྱི་མར་པན་པའི་ཆོས་ཤིག་བྱེད་འདོད་ཀྱང་། པར་  
ཙམ་མི་འཆི་སྟམ་པའི་རྟག་འཛིན་འདིས། བསྐྱས་ནས་ལག་སྟོང་སྟོག་པ་ཆེས་མང་བས། བྱེད་  
ན་འབྲལ་ལ་བྱོས་དང་སྟེང་གཏམ་ཡིན། འདི་ནས་ངན་འགྲོར་ལན་ཅིག་ལྷུངས་བྱུང་ན། སྟོན་  
ཆད་ཐར་པའི་གོ་སྐབས་མ་མཆིས་བས། ད་ལྟ་རང་ལག་ཡོད་ཏུས་ངན་སོང་གི་། སྟེ་སྟེ་ཅི་ཆོད་  
སྟོས་དང་སྟེང་གཏམ་ཡིན། བརྒྱ་ལ་ངན་སོང་སྟུག་བསལ་མི་བཟོད་ན། དེ་རྒྱ་སྟུར་བསགས་  
གང་ཡིན་འདག་ངེས་སུ། སྟོངས་ལ་བྱིན་ཆད་མི་བྱེད་སྟོམ་སེམས་ངོས། སྟངས་སྟངས་འདོམ་མེད་  
གྱིས་དང་སྟེང་གཏམ་ཡིན། ལྷས་མེད་ཡུལ་དུ་གྲོགས་མེད་འབྱམས་པའི་ཆོ། ཆེ་འདིའི་གཉེན་  
བཤེས་ལོངས་སྟོད་ཀྱང་གྱིས་བསྟུ། བསྟུ་བ་མེད་པ་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་གསུམ། གསུམ་

ལ་སྐྱབས་སུ་འཆོལ་དང་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། སར་ལ་བསྐྱབས་ན་ཚུར་ལ་མི་བསྐྱབས།། དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་འདྲ་གཞན་དུ་ཡོད་མིན་པས།། དོན་མེད་མི་ལ་རེ་བ་མ་ཆེས་པར།། ལྷ་ལ་སྐྱབས་  
 སུ་སོང་དང་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། སྟོན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་རྫོགས་སྤྲུགས་རྗེའི་སྤྱན།། གཞིགས་པ་  
 དུས་ལས་མི་ཡོལ་སངས་རྒྱས་ལ།། ཡིད་ཆེས་དད་པ་དྲག་པོའི་ངང་ཉིད་ནས།། སྟོ་སྤྲུག་ཡིངས་  
 གྱིས་འགོལ་དང་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། སྐྱབས་སུ་གསོལ་ན་མི་མཁྱེན་མི་སྲིད་ཅིང་།། མཁྱེན་ནས་  
 མི་སྟོབ་པ་ཡང་མི་སྲིད་ལ།། བསྐྱབས་ན་མི་རུས་པ་ཡང་མི་སྲིད་པས།། ཅེ་གཅིག་སྐྱབས་སུ་  
 གསོལ་དང་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནམ་གངས་མང་མོད་ཀྱང་།། སྐྱབས་འགོར་མ་  
 འདུས་གང་ཡང་ཡོད་མིན་པས།། བརྒྱ་གོ་གཅིག་ཆོད་སྐྱབས་འགྲེའི་ཉམས་ལེན་ལ།། ཅན་ཏན་  
 སྙིང་ཐོར་མཛོད་དང་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། གང་དང་གང་གི་ས་བོན་བཏབ་པ་ལས།། དེ་དང་དེ་ཡི་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་བཞིན།། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ནམ་ཡང་མི་བསྐྱབས།། སྤྲིག་སྟོང་དགེ་བ་  
 སྐྱབས་དང་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། བདེ་བ་འདོད་ན་དགེ་ལ་ནན་ཏན་སྦྱེད།། སྤྲུག་མི་འདོད་ན་དེ་རྒྱ་  
 སྤྲིག་བ་སྟོངས།། སངས་རྒྱས་དངོས་ལ་ཞུས་ཀྱང་འདི་ལས་ལྷག་།། གདམས་པ་གསུང་རྒྱ་མེད་དོ་  
 སྙིང་གཏམ་ཡིན།། ལས་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས།། སྤྲིག་སྟོང་དགེ་བ་བསྐྱབ་ལ་  
 འབད་རུས་ན།། འདི་བྱི་གཏན་དུ་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་ལས།། སྤྲུག་བསྐྱུལ་མིང་ཡང་མེད་དོ་སྙིང་  
 གཏམ་ཡིན།། མི་རྣམས་དཔྱལ་བའི་རྒྱ་ལ་འང་དེ་ཅུང་དུ།། འབད་པར་རིགས་ན་རང་རེ་གཏན་  
 བདེའི་རྒྱར།། དམ་བའི་ཆོས་ལ་ཅི་སྟེ་འབད་མི་རིགས།། ཡོད་རྒྱའི་ཅུལ་གིས་འབྱུངས་ཤིག་སྙིང་  
 གཏམ་ཡིན།། མདོར་ན་མ་འོངས་གཏན་གྱི་བདེ་སྤྱག་ནི།། ད་ལྟའི་སྟོན་ཚུལ་ཉིད་ལ་རག་ལས་  
 པས།། བག་མེད་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར།། ཆོ་ལྷག་དོན་ལྷན་མཛོད་ཅིག་སྙིང་གཏམ་  
 ཡིན།། བྱི་མར་བསམ་ནས་ཆོ་འདི་སྟོས་བཏང་སྟེ།། ཆོས་ཤིག་བྱེད་ན་བྱི་མར་ལྷ་ཞོག་གི།། ཆོ་  
 སྤང་འདིར་ཡང་གཞན་དང་མི་འདྲ་ཅུང་།། འོང་བར་མཐོང་ཆོས་ལགས་སོ་སྙིང་གཏམ་ཡིན།། དེ་

ལྟར་ཕན་པའི་སེམས་ཀྱིས་རང་གིས་རང་། ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་ལོ་འདིས། མ་དུལ་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་སྦྲར་སྦྲལ་ནས། ཀྱན་ཀྱང་གཏན་བདེའི་ལམ་དུ་རྩྭ་པར་ཤོག། གང་འདི་  
བསྟན་པའི་རང་ཚུལ་ཕྱོགས་ཅིམ་ཞིག། །ཤེས་ནས་སྟོན་ལ་དད་པའི་སྟོང་བ་བ། དག་སྟོང་དག་  
དབང་ཕུན་ཆོག་ཞེས་བཀྲི་བས། རང་གི་བསམ་གཏན་ཁང་བྱར་སྤེལ་བ་དག། །

ཆེ་སྒྲི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལས་བརྩམས་པའི་གཏམ་གྱི་སྤེང་བ་  
སྐལ་བཟང་མགུལ་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།

ན་མོ་གུ་རུ། བཙུག་མེད་དད་གུས་སྦྱིམ་པའི་མེ་ཉྱལ་གིས། འཇམ་དབྱངས་ཞབས་ལ་  
གུས་པས་ཉེར་མཆོད་ནས། བདག་གཞན་དུས་འདིར་ཆད་ལྟའི་གཡང་ས་ལས། བསྐྱེད་ཕྱིར་  
ཆོས་ཀྱི་སྟོན་མེ་འདི་བཀྲེལ།

དེ་སྐད་དུ་དབྱུ་མ་རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ལ་ནི། ཆོས་འབྲུབ་  
འགྲུར་ཏེ་གང་ཞིག་ལ། དང་པོར་མདོན་པར་མཐོ་བའི་ཆོས། ཕྱིས་ནི་དེས་པར་ལེགས་འབྱུང་  
བཅོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བསྐྱེད་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་པོ་བསྐྱེད་ན། གནས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱེད་  
བྱ་མདོན་མཐོ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་བསྐྱེད་བྱ་དེས་ལེགས་གཉིས་སུ་འདུ་ཞིང་། དེ་གཉིས་སྐྱེ་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ཡི་སྐྱེ་བ་མདོར་བསྐྱེད་ན། མདོར་ན་དད་དང་ཤེས་  
རབ་པོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་དང་། བདག་མེད་ཀྱི་  
དོན་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གཉིས་སུ་འདུ་ལ། དེ་གཉིས་ལས་གཙོ་ཆེ་བ་ཤེས་རབ་ཡིན་མོད་  
ཀྱང་སྟོན་དུ་གཤམ་ཆེ་བ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། འདི་གཉིས་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་སྟེ། དེ་  
ཡི་སྟོན་འགྲོ་དད་པ་ཡིན། ཞེས་སོ། དེས་ན་འདིར་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཐབས་ལས་

བཅུམས་ཉེ་ཅུང་ཟད་བཟོད་ན་གཉིས་ཉེ། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་བཤད་བ་དང་། བརྟེན་བ་ལས་  
འབྲས་ཉིད་བཤད་བའོ།། དང་པོ་ལ། ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་བསྐྱབ་བ་དང་། མེད་པར་དགག་  
བའོ།། དང་པོ་ལ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཁྲངས། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ། གོ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ། ཡིད་ཆེས་  
པའི་ལོ་རྒྱུས། ཤེས་མེ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱོན་ཡོན་བཤད་བའོ།། དང་པོ་ནི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་  
འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་པ་རོལ་དུ་འཕོ་སྟེ་སྟེ་བ་ལེན་པ་ན་ཏྲག་པ་འཕོ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།། ཤེས་  
འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་དོ།། གཞན་ཡང་རྫོང་བྱེད་གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་  
བསྐྱུས་ན་བཟོད་བྱ་མཛོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ཐབས་སྟོན་པ་གཉིས་སུ་འདུ་ཞིང་། སྟེ་བ་  
སྡེ་ཕྱི་མེད་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མེད་པས། དོན་ཐོབ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱལ་པོའི་གསུང་རབ་  
བཞུགས་སོ་ཙག་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པའི་རྒྱབ་རྟེན་ཀྱི་ཁྲངས་སོ།།

གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། རིགས་འདྲ་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ། ཉར་  
ལེན་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ། གོམས་པ་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ། ཁྱོང་བ་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་  
བའོ།། དང་པོ་ནི། ཆད་མ་རྣམས་འབྲེལ་ལས། སྟེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། འབྱུང་རྒྱུ་དབང་པོ་  
སྟོ་དག་ནི། རང་གི་རིགས་ལ་སྟོས་མེད་ཅན། ལུས་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལས་སྟེས་མིན། ཏ་ཅང་  
ཐལ་བྱིར། ཤེས་གསུངས་པ་ལྟར། གྱིས་པ་སྟེས་མ་ཐག་པའི་དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་སོགས་རང་  
རང་གི་རིགས་འདྲ་སྟོན་དུ་སོང་བ་སྟོས་པ་མེད་པར་དེ་དག་ལུས་འབའ་ཞིག་ལས་སྟེས་པ་ཡིན་  
ན། མི་མཐུན་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བར་སོང་བས། ཐམས་ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་སྟེ་བ་སོགས་ཏ་ཅང་  
ཐལ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ།། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་རང་རང་གི་རིགས་འདྲའི་  
རྒྱལ་པོ་སྟེ་བར་འོས་མེད་ཀྱིས་བྱུང་བས། རྒྱལ་མཆོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་དཔོག་ཀྱས་  
པ་སྟེ། ཆེ་འདིར་སྟེས་མ་ཐག་པའི་དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་  
ན་དེ་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་མའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་བཞག་དགོས་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། མདོར་བསྐྱུས་ན་གྱིས་

པ་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རིགས་པ་སྤྲ་མ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན་ད་ལྟའི་རིག་པ་བཞིན། ཞེས་འགོད་པར་བྱ་བ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོས། སྤྲ་མའི་སྟོ་  
ལས་ཕྱི་མའི་སྟོ་བྱུང་ན། ། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་པར་དེ་ལས་མངོན། ། མངལ་ན་འདུག་པའི་  
སྟོན་རོལ་སྟོ་དེ་ནི། དེ་མ་ཐག་པའི་ཆེ་རབས་སྤྲ་མའི་སྟོ། ཞེས་དང་། སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་  
ཀྱིས། མངལ་གནས་སྟོན་རོལ་སྟོ་ལ་ནི། བདུན་རོལ་ཁོ་ནར་འགགས་སྟོ་ཡོད། ། ཡང་ན་སྟོ་  
ཕྱིར་དེ་འོག་བཞིན། ཞེས་སོ།

གཉིས་པ་ཉེར་ལེན་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་ཤེས་མིན་པ་  
རྣམ་ཤེས་ཀྱི། ཉེར་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་འབྱུང་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉེ། དཔེར་ན་ནས་  
ཀྱི་རྩ་བུའི་ཉེར་ལེན་ལ་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་པ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ལ་  
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྩུན་སྤྲ་མ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་པས་ཆེ་འདྲིའི་ཐོག་མའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་  
ལ་འང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྩུན་སྤྲ་མ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེ་ཡོད་ན། རྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་ཡོད་དགོས་པ་སྟེ་རྩུ་  
མཆན་སྤར་བཞིན་ནོ། དེས་ན་ཆེ་འདྲིའི་ཐོག་མའི་རྣམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། རྣམ་ཤེས་སྤྲ་མའི་ཉེར་  
ལེན་ལས་བྱུང་སྟེ། རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་དེ་རིང་གི་རྣམ་ཤེས་བཞིན། ཞེས་པའི་  
གཏན་ཆེགས་འདིས་ཀྱང་ཆེ་སྤྲ་མ་ཡོད་པར་འབྱུང་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོས། དེ་ཕྱིར་ཐོག་  
མའི་རྣམ་ཤེས་ནི། རང་གི་ཉེར་ལེན་སྟོབས་ལས་བྱུང་། རྣམ་ཤེས་ཉིད་སོགས་གཏན་ཆེགས་  
ཀྱིས། ད་ལྟར་བ་ཡི་རྣམ་ཤེས་བཞིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གསུམ་པ་གོམས་པ་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། རི་སྐད་དུ། གོམས་ལས་འདོད་  
ཆགས་སོགས་གསལ་བར། མཐོང་ཕྱིར་འདོད་རྒྱལ་ཉིད་མིན་ཉེ། རྩུ་མེད་རྐྱེ་བ་འགལ་  
ཕྱིར་རོ། ཞེས་ད་ལྟ་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཆགས་སྤང་སོགས་གོམས་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་  
སྟོང་བས་བྱུང་བ་དཔེར་བྱས་ནས། སྟོ་ཐམས་ཅད་གོམས་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་གསུངས་



ཏེ། དེ་ལྟར་ན་གྲིས་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་གོམས་པ་སྤྲ་མ་སྡོན་དུ་  
 སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ད་ལྟ་རང་རྒྱད་ལ་ཡོད་པའི་ཆགས་སྤང་འདི་བཞིན་  
 འོ།། ཞེས་པའི་སྦྱོར་བ་ལས་ཀྱང་ཆེ་སྤྲ་མ་ཡོད་པར་དཔོག་ཀྱས་པ་སྟེ་གཞུང་གི་དགོངས་པ་  
 མ་མེད་པའོ།། དེས་མཆོན་ནས་བཅས་མ་ཐག་པའི་གྲིས་པས་ཀྱི་ཞོ་འཕྱང་ཤེས་པ་སོགས་  
 ཆེ་འདིར་གསར་དུ་བསྐྱབ་མི་དགོས་པར་རང་གིས་རང་གིས་ཤེས་པའི་རིགས་མཐའ་དག་  
 ཆེ་རབས་སྤྲ་མའི་གོམས་ལྷགས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བར་གསུངས་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་  
 བོས། སྟོ་ཡི་མཐུ་སྟོབས་གསལ་བ་མེད་པ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱན་པའི་རང་བཞིན་  
 ཅན།། བཅས་མ་ཐག་ཏུ་སུས་ཀྱང་མ་བསྟན་པར། ཁ་ཟས་ཟ་བར་རྩོལ་བ་བྱེད་པ་དང་། ལུ་  
 ཞོ་འཕྱང་བར་རྩོལ་བ་བྱེད་པ་ཡང་། དེ་དག་ཆེ་རབས་གཞན་ལ་གོམས་པའི་མཐུས། ཞེས་  
 དང་། སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་གྱིས། བེལ་ཡང་སྡོན་ཆད་གོམས་བྱས་པས། ལྷང་མ་ཐག་ཏུ་  
 ཟས་འཆོལ་བྱེད། ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྦྱོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་དབང་པོ་སྟོན་པ་བཞིན། ཞེས་  
 སོ།། མདོར་ན་བདག་ལྟ་བུའི་སོ་སྐྱེ་ཐ་མལ་པ་རྣམས་ལ་དད་སོགས་དགེ་བའི་བསམ་པ་ནི་  
 འབད་ཀྱང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། བརྒྱལ་ལན་རེ་ཅམ་སྐྱེས་ཀྱང་ལྷགས་ཞན་ཅིང་རྒྱན་ཡང་མི་བཟོན་པ་དེ་  
 ལྟར་ལ། ཆགས་སོགས་མི་དགེ་བའི་བསམ་པ་ནི་བཀག་ཀྱང་མ་ཁེགས་པར་ངམ་ངམ་ལྷགས་  
 ཀྱིས་སྐྱེ་ཞིང་། སྐྱེས་པ་དེ་ཡང་ཡུན་རིང་ལ་ལྷགས་དག་པོ་སྐྱེ་བ་སྦྱོང་བས་བྱུབ་པ་དེ་ལྟར་ཏེ་  
 འདིས་ཀྱང་ཆེ་རབས་སྤྲ་མ་རྣམས་སུ་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་ལ་གོམས་པ་ལྷག་པར་ཆེ་བ་  
 དང་ཅིག་ཤོས་ལ་གོམས་འདིས་མེད་པར་ཆེས་གསལ་བར་མཆོན་པ་ཡིན་འོ།།

བཞི་བ་སྦྱོང་བ་སྡོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། ཆེ་རབས་དན་པའི་གང་ཐག་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ཆེ་རབས་སྤྲ་མ་ཡོད་དེ། ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྦྱོང་སྟོབས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་པའི་རིགས་པ་འདིས་ཀྱང་ཆེ་རབས་སྤྲ་མ་ཡོད་པར་མཆོན་ཀྱས་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་

དབང་པོས། བསམ་གཏན་གོམས་བྱས་ཐྱོན་པ་གསལ་བ་ཡིས།། ཆེ་རབས་སྡུ་མ་ཐྱོན་པའང་  
དེ་ན་ཡོད།། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དེ་ལས་རྗེས་སུ་དཔོག། །ང་བདག་ལས་ཀྱང་མངོན་པར་མི་  
འགྱུར་རམ།། ཞེས་དང་། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་འབྲེད་གིས། ཆེ་རབས་ཐྱོན་པ་སོགས་ཡོད་  
དང་།། ཞེས་སོ།། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་སྡུ་མ་ཡོད་  
པར་དངོས་སུ་གྲུབ་ཅིང་། དེ་གྲུབ་པ་ན་ཆེ་བྱི་མ་ཡོད་པར་ཡང་དོན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྟེ། ཅིའི་བྱིར་  
ན་སྡུ་མའི་གང་ཟག་འདིར་འོངས་ལ། འདིའི་གང་ཟག་བྱི་མར་མི་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་དུ་  
མེད་པའི་གནད་གིས་སོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ཆད་མ་རྣམས་འགྲེལ་ལས། མཚམས་སྦྱོར་བར།། ལུས་  
ལྡན་མཐོང་བ་གང་དེ་ལ།། ཅི་ཞིག་ཡོད་འགྱུར་གང་མེད་པ།། གང་གིས་བྱི་ནས་མཚམས་སྦྱོར་  
མེད།། ཅེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པའོ།། སྦྱོར་དག་ཏུ་བྲིལ་ན། ཆེ་འདིའི་རིགས་རྒྱན་ཐ་མ་  
ཆོས་ཅན། རིག་པ་བྱི་མར་མཚམས་སྦྱོར་ཏེ། ཆགས་བཅས་ཀྱི་རིག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་  
ན་ཆེ་སྡུ་མའི་རིག་རྒྱན་ཐ་མ་བཞིན། ཞེས་པའི་རྒྱལ་དུ་འགོད་པར་བྱ་བ་སྟེ། སློབ་དཔོན་ཞི་བ་  
འཆོས། འཆི་ཁའི་སྐད་ཅིག་རྣམས་ཤེས་ནི།། རང་གི་ཉིར་སྦྱངས་སྦྱིད་ལུས་ཏེ།། ཆགས་པ་བྱས་  
པའི་འབྲེལ་བ་ཉིད།། སྡོན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན།། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།།

འོ་ན་རིགས་པ་འདི་རྣམས་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་  
གང་ཞི་ན། ཆེ་སྡུ་མ་ཡོད་པར་སྦྱབ་པའི་རིགས་པ་བཞི་ནི་འབྲས་རྟགས་དང་། བྱི་མ་ཡོད་པར་  
སྦྱབ་པའི་རིགས་པ་གཅིག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྟགས་ཏེ། མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཀུ་མ་ལ་ཤི་ལའི་  
དགོངས་པའོ།།

གསུམ་པ་གོ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་ནི། འཆི་འཕོའི་མདོ་ལས། ཉིང་མཚམས་སྦྱོར་བའི་དཔེ་  
བརྒྱད་གསུངས་ཏེ། དེའང་སྤྱི་མའི་ཁ་ཏོན་སློབ་མས་ཤེས་པའི་དཔེས་སྡུ་མའི་རྣམས་ཤེས་བྱི་མའི་  
རྣམས་ཤེས་སུ་ཉིང་མཚམས་རྗེ་ལྟར་སྦྱོར་བ། མར་མེ་གཅིག་ལས་གཉིས་པར་ཆད་པའི་དཔེས་

ཉིང་མཆམས་སྒྲིབ་བ་ཉག་ཆད་དུ་མི་འགྱུར་བ། མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་  
 བརྟན་འབྱུང་བའི་དཔེས་སྡེ་མ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་བྱི་མའང་ཡོད་ལ། དངོས་སོ་ཡང་མི་འཕོ་ཞིང་།  
 བ་རོལ་ཡང་ཡོད་ངེས་པ། རྒྱ་ལ་ཡོད་པའི་རི་མོ་ཅི་འདྲ་བ་རྒྱའི་འབྱུང་ལ་འབྱུང་བའི་དཔེས་  
 ལས་བཟང་ངན་རྗེ་ལྟར་བསགས་བ་དང་མཐུན་པར་སྒྲེ་བ་ལེན་བ། མེ་ཤེལ་ལས་མེ་འབྱུང་བའི་  
 དཔེས་འགྲོ་བ་རིས་མི་མཐུན་བ་ནས་རིས་མི་མཐུན་པར་སྒྲེ་བ་ལེན་བ་མི་འགལ་བ། ལྷ་གྲུ་སྒྲེས་  
 ཆེ་ས་ཐོན་འགགས་ནས་མེད་ཀྱང་རྒྱན་ཆད་དུ་མི་འགྲོ་བའི་དཔེས་བྱི་མར་སྒྲེ་བ་ལེན་དུས་སྡེ་  
 མའི་གང་ཟག་འགགས་ནས་མེད་ཀྱང་རྒྱན་ཆད་དུ་མི་འགྲོ་བ། སྒྲུབ་སོ་སྒྲོང་ཐེན་མ་བརྗེད་པའི་  
 མི་ལ་སྒྲུབ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་ད་ལྟ་ཁ་ནང་སྒྲུབ་སོ་མེད་ཀྱང་འགལ་ཆུ་ལྡང་བ་མི་འགལ་བའི་  
 དཔེས་སྒྲེ་བ་ལེན་དུས་སྒྲིབ་བྱེད་གྱི་ལས་འགགས་ནས་མེད་ཀྱང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེ་བ་ལེན་བ་  
 མི་འགལ་བ། མིས་བརྗོད་པའི་སྒྲིབ་ལ་བྲག་ཆ་འབྱུང་ཡང་དབྱེད་ན་མི་རྟོག་པའི་དཔེས་ལས་ཉོན་  
 སོགས་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེ་བ་ལེན་ཀྱང་དོན་དམ་པར་གཅིག་  
 བ་དད་གང་དུ་འང་མེད་པར་བསྟན་བ་སྟེ། མདོ་ཙམ་མོ།།

གཞན་ཡང་སྒྲེ་བ་སྡེ་བྱི་གཉིས་གྱི་མཆོན་དོན་དུ་དཔེ་བརྒྱད་སོ་རེ་རེར་ཡང་ནང་  
 གསེས་གྱི་ཆ་གཉིས་རེ་ཡོད་ཅིང་། ཆ་སྡེ་མ་སྡེ་མས་ནི་ཉག་མཐའ་དང་བྱི་མ་བྱི་མས་ནི་ཆད་  
 མཐའ་འགོག་པར་ཡང་གསུངས་ཏེ། དེའི་ཚུལ་ཡང་ཆེ་སྡེ་མའི་གང་ཟག་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་བྱི་མའི་  
 གང་ཟག་འབྱུང་བ་ཡིན་ན། སྡེ་མའི་གང་ཟག་རྒྱན་ཆད་དུ་འགྲོ་བ་དང་བྱི་མའི་གང་ཟག་རྒྱ་མེད་  
 ལས་སྒྲེ་བས་ཉེས་བ་གཉིས་འབྱུང་བ་ལས་དེ་ལྟ་མིན་པ་ནི། ལྷ་མའི་ཁ་ཉོན་ལ་མ་བརྟེན་པར་  
 སྒོ་བ་མའི་ཁ་ཉོན་མི་འབྱུང་བ་དང་། མར་མེ་སྡེ་མ་ལ་མ་བརྟེན་པར་བྱི་མ་མི་འབྱུང་བ་སོགས་  
 དཔེ་བྱི་མ་བྱི་མ་ནམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། ཡང་སྒྲེས་བྱ་གང་ཞིག་  
 ཁང་བཟང་དུ་རྒྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྡེ་མའི་གང་ཟག་རིལ་སོ་བྱི་མར་འཕོས་བ་ཡིན་ན་བྱི་མའི་གང་

ཐག་མེ་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་དང་སྔ་མའི་གང་ཐག་ཉག་དངོས་སུ་ཐལ་བའི་ཉེས་པ་གཉིས་  
འབྱུང་བ་ལས་དེ་ལྟ་མིན་པ་ནི་སྔ་མའི་ཁ་ཏོན་རིལ་པོ་སྟོབ་མའི་རྒྱད་ལ་འཕོས་པ་མིན་པ་དང་།  
མར་མེ་སྔ་མ་རིལ་པོ་ཕྱི་མར་འཕོས་པ་མིན་པ་སོགས་དཔེ་སྔ་མ་སྔ་མ་ནམས་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཤེས་དགོས་པར་གསུངས་སོ།། དེ་ལྟར་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་  
མཆོམས་འདི་ནས་བདག་ཉག་ཆད་དུ་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་ངན་རྟོག་གི་ཆོགས་ནམས་འབྱུང་བར་  
གཟིགས་ནས་བཙུག་ལྟར་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ནམས་སྐྱེ་བ་རི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ་  
དཔེ་བརྒྱད་དང་སྐྱར་ནས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཤིང་དོན་འདི་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ་བར་ཡང་གསུངས་  
ཏེ། རི་སྐད་དུ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་པ་རོལ་དུ་འཕོ་སྟེ། སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ན་རྟག་  
པ་འཕོ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།། ཆད་པ་འགགས་ཏེ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།། རྒྱ་མེད་བའང་མ་ཡིན་  
ནོ།། རྒྱ་མེད་པ་ལས་བྱུང་བའང་མ་ཡིན་ནོ།། བྱེད་པ་པོས་བྱས་བའང་མ་ཡིན་ཏེ། ལས་དང་ཉོན་  
མོངས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བར་ལྟོ།། ཞེས་སོ།།

བཞི་པ་ཡིད་ཆེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་སྟོན་སྟོན་པ་ལས་གྱི་  
གནས་སྐབས་སུ་དག་མ་དག་གི་སྐྱེའི་སྤྱེ་བ་རི་ལྟར་བཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་  
བྱང་ལེམས་གཞན་གྱི་སྐྱེའི་སྤྱེ་བ་སྤྱི་ལས་བཅམས་ཏེ་རི་སྟེད་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་  
རྒྱར་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེར་མ་ཟད་སྟོན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་དུ་མས་ཆེ་རབས་སྤྱི་གསལ་བར་བྱན་པའི་  
ལོ་རྒྱུས་ལྷན་ཐར་རི་སྟེད་ཅིག་མཆིས་པ་ལྷན་པ་དང་། གང་ཟག་ཆེ་གོ་མོ་ཞི་ནས་ལྟར་སྤྱེས་སོ་  
འདྲེན་སྤྱེས་སོ་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱང་སྤྱར་དུ་བྱང་ཞིང་། གང་གིས་ཆེ་སྤྱི་  
སྤྱི་ཡོད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དེས་པ་སྟེར་བར་སྤང་ན། འདིག་རྟེན་པའི་འདྲེ་སྤྱང་དག་ཀྱང་སྤྱར་དུ་  
བྱང་བ་སྟེ། མ་ཁར་ཕན་ན་གྱི་ཆེ་ལ་ཡང་བསྐྱས་ཐེར་པའི་དཔེ་བཞིན་ནོ།།

ལྷ་པ་མེ་ལྷ་ཁྱིའོད་པ་ཤེས་མི་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོན་ལོན་ལ་གཉིས། གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོན་

ཡོན་དང་། མཐར་ཐུག་གི་སྒྲིལ་ཡོན་ནོ། དང་པོ་ནི། ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་ཤེས་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་  
 ཞིག་བྱུང་ན། ཕྱི་མར་ངན་སོང་དུ་ལྷུང་གིས་དྲོགས་ནས་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་  
 ལས་འབྲས་ལ་སྦྱང་དོར་བྱེད་པ་ཞིག་འོང་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཕྱི་མར་ངན་སོང་ལས་ལྡོག་  
 སྟེ་བདེ་འགོ་ཐོབ་པ་ཞིག་འོང་གི། །གཞན་དུ་ཕྱི་མའི་དོན་གཉེར་ཅམ་ཡང་མི་སྦྱེ་ན། ཕྱི་མར་ངན་  
 སོང་གིས་འཇིགས་ནས་བདེ་འགོ་ཐོབ་ཐབས་ག་ལ་བྱེད་དེ་མི་བྱེད། དེ་མི་བྱེད་ན་ཕྱི་མར་རྒྱ་  
 མེད་རྒྱུན་མེད་དུ་བདེ་འགོ་ག་ལ་ཐོབ་སྟེ་མི་ཐོབ་པས། གནས་སྐབས་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་  
 དང་མི་ཐོབ་ཀྱང་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་ཤེས་དང་མི་ཤེས་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ལ་མཐའ་མེད་པར་ཤེས་ནས་ཐར་པ་ལ་དོན་  
 གཉེར་གྱི་བསམ་བ་སྦྱོ་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རིན་ཅན་གྱི་པ་མར་ཤེས་ནས་དེ་དག་ལ་  
 བྱམས་པ་དང་སྦྱང་རྩེ་སྦྱོ་མི་སྦྱོ་སོགས་ཀྱང་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་ཆད་མས་ཤེས་མི་ཤེས་ལ་རག་  
 ལས་པས་ངེས་ལེགས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་དང་མི་ཐོབ་ཀྱང་ཆེ་སྡེ་  
 ཕྱི་ཡོད་པར་ཤེས་དང་མི་ཤེས་ལ་རག་ལས་པ་སྟེ། དེ་ལ་དགོངས་ནས། མཁས་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་པོས། ཇི་སྟེད་སྦྱོ་བ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་རིགས་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་དེ་སྟེད་དུ་མངོན་པར་  
 མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོ་འགགས་ཏེ་འདུག་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་  
 བཀའ་སྐྱེལ་བ་ལགས་སོ། ། མདོར་ན་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་ཇི་བཞིན་ཤེས་དང་མི་ཤེས་ནི་ལེགས་  
 ཉེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩ་གཅིག་ཏུ་ཡིན་པས། གནས་འདི་ལ་ལྷུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱངས་  
 པའི་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བཙལ་བར་བྱའོ་གསུང་།

གཉིས་པ་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་མེད་པར་དགག་པ་ནི། ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་མི་འཐད་དེ། ལུས་  
 སེམས་གཉིས་ལས་ལུས་ཕྱི་མར་མི་འགོ་ཞིང་། སེམས་ཀྱང་ལུས་ལ་བརྟེན་ཏེ་གནས་པས་ལུས་  
 ཞིག་ནས་རྒྱུན་ཆད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཡང་ཞིག་ནས་རྒྱུན་ཆད་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། དཔྱད་དེ། སྒོ་ལུས་

ལ་བརྟེན་ན་ཚུལ་རིམ་ཏུ་བརྟེན། སྟོན་མེ་ལ་སྟོན་འོད་ལྟར་འབྲས་བུའི་ཚུལ་ཏུ་བརྟེན་ཏམ། མེ་  
ལ་ཆ་བ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ཏུ་བརྟེན་ཏམ། ཅིག་པ་ལ་རིམ་ལྟར་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚུལ་ཏུ་བརྟེན་  
གང་། དང་པོ་ལྟར་ན་སྟོན་འོད་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སྟོན་མེའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་དང་འབྲས་བུ་སྟོའི་  
འཕེལ་འགྲིབ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་མི་འཐད། གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཆ་བ་  
མེ་དང་འབྲས་མི་རུང་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར། སེམས་ལུས་དང་འབྲས་མི་རུང་གི་བདག་ཉིད་  
ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་ཉི་ལའི་ལུས་ལ་འང་སེམས་མི་ལྟོག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་མི་འཐད།

གསུམ་པ་ལྟར་ན་རིམ་ལྟར་ཅིག་པ་མཐོང་བ་ན་རིམ་ཡང་མཐོང་བ་དེ་ལྟར་ལུས་མཐོང་  
བ་ན་སེམས་ཀྱང་མཐོང་བར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་མི་འཐད། དེའི་ཕྱིར་སྟོ་ལུས་ལ་བརྟེན་པར་  
མི་འཐད་དེ། བརྟེན་ན་བརྟེན་ཚུལ་གསུམ་ལས་མི་འདའ་ཞིང་། གསུམ་པོ་གང་ལྟར་ཀྱང་མི་  
འཐད་པའི་ཕྱིར། བསྐྱབས་ཟེན་པ་དེ་ལྟར་རོ། དེ་ལྟར་ལུས་ལྟོག་པས་ནི་སེམས་ལྟོག་པའི་དོན་  
མེད་ལ། ལྟོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཞན་ཡང་མེད་པས་ན་མཁའ་རིམ་སྟེང་ཏུ་རྒྱུད་འཁུད་དེ་འགྲོར་རེས་  
པ་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་ཆེ་འདིར་གནས་ལུན་རིམ་ལྟར་རིང་ཡང་ལོ་གངས་བཅུ་ལྷག་འགའ་ཞིག་  
ཏུ་ཟད་ལ། ཕྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་ཤུལ་ལམ་ལ་ནི་རྫོགས་དུས་མེད་པ་དེ་ལྟར་ལགས་པས། ཆེ་འདི་  
སྟོས་བཏང་ནས་ཕྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་དོན་ལ་འབད་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆན་མཐར་ཐུག་པ་ནི་དེ་ལྟར་  
རོ། གལ་ཏེ་ལྷག་མེད་ཏུ་ཐུང་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆེན་ལེས་རིག་མཐའ་དག་རྒྱན་ཆད་པར་  
བཤད་པས། རིག་རྒྱན་ཆད་པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་དགོས་སོ་སྟེན་ན། དེ་ནི་གདུལ་བྱ་དམན་པ་  
འགའ་ཞིག་གི་བསམ་ངོ་ལ་ལྟོས་ནས་གསུངས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་སྐྱ་རིམ་བཞིན་པ་མིན་པས་སྟོན་  
མེད་དོ། སྟེ་བ་སྐྱ་བྱི་ཡོད་པར་ཅིས་ཀྱང་མི་བཟོད་ན་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་བཤད་དགོས་ལ། དེ་  
ནི་རྒྱུད་འཕེན་ལས་ལྷག་ཅིག་སུས་ཀྱང་བཤད་དུ་མེད་པས། རྒྱུད་འཕེན་པའི་འདོད་པ་རྒྱས་པར་  
བཀག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཅལ་ཅལ་སྐྱ་བ་གཞན་དག་ཀྱང་ཞོར་ལ་ཁྱེད་པ་ཡིན་ནོ།



གཉིས་པ་བརྟེན་པ་ལས་འབྲས་བཤད་པ་ལ་བཞི། ཤེས་མི་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིན་ཡོན། ཤེས་  
བྱའི་ལས་འབྲས་ཉིད་ཐོས་བརྒྱུད་བ། ལག་ལེན་དུ་རྩི་ལྟར་སྒྲུར་བའི་ཚུལ། དེ་ལ་ལོག་པར་རྟོག་  
པ་དགག་པའོ། དང་པོ་ནི། རྒྱ་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་འབྱུང་བར་ཤེས་ན་དགེ་  
བ་ངང་གིས་བསྐྱབ་ཅིང་། རྒྱ་སྤྲིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སྤྲིག་བསྐྱལ་འབྱུང་བར་ཤེས་  
ན་དེ་ལས་ངང་གིས་སྤོག་པ་ཞིག་འོང་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་འདོད་པའི་བདེ་བ་ལྷན་གྱུ་བ་ཏུ་  
འབྱུང་ཞིང་མི་འདོད་པའི་སྤྲིག་བསྐྱལ་རང་ཤུགས་སུ་འགགས་པ་ཞིག་འོང་གི། གཞན་དུ་བདེ་  
བས་ཐོངས་ཤིང་སྤྲིག་བསྐྱལ་གྱིས་མནར་བ་ལས་འོས་མེད་པས། ལས་འབྲས་ཤེས་མི་ཤེས་  
ཀྱི་སྒྲིན་ཡོན་ནི་དེ་ལྟར་རོ། གཞན་ཡང་ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་ཐམས་ཅད་ལས་འབྲས་ཤེས་  
པ་ལས་འབྱུང་གི་གཞན་ལ་འོང་བའི་གནས་མེད་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་བརྒྱུད་བའི་ཉེས་དམིགས་  
དང་གཏོང་བའི་པན་ཡོན་ཤེས་ན་གཅེས་ནོར་རིམ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དགའ་བཞིན་སྟོ་བཞིན་དུ་  
གཏོང་བྱས་པ་ཞིག་འོང་ལ། གཞན་དུ་གང་ཡང་གཏོང་མི་བྱས་པས། སྤྱིན་པའི་ཉམས་ལེན་ཆད་  
ལྡན་འོང་དང་མི་འོང་ཡང་ལས་འབྲས་ཤེས་མི་ཤེས་ལ་ལྟོས་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་ལའང་དེ་  
བཞིན་ནོ། མདོར་ན་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་ལས་འབྲས་ཤེས་མི་ཤེས་ལ་ཐུག་པར་  
གསུངས་ཏེ། དེགས་པས་ཀྱང་འཐད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། ལས་ངེས་པ། ལས་འཕེལ་ཆེ་བ། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ།  
ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་ཟ་བ་སྟེ། ལས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བཞིར་གསུངས་པ་ལས། དང་པོ་ནི། དཔེར་  
མཆོན་ན་ནས་ཀྱི་ས་པོན་ལ་བརྟེན་ནས་ནས་ཀྱི་སྤྲུ་གུ་འབྱུང་གི་གོ་སྐྱོན་སོགས་གཞན་མི་འབྱུང་  
བ་ལྟར་རྒྱ་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་སྤྲིག་བསྐྱལ་མི་འབྱུང་། རྒྱ་མི་  
དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སྤྲིག་བསྐྱལ་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་བདེ་བ་མི་འབྱུང་སྟེ། འདི་ནི་རྒྱ་ངེས་  
པའི་ཚུལ་དང་། ཡང་འབྲས་བུ་བདེ་བ་གང་ཡིན་རྒྱ་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་སྤྲིག་བསྐྱལ་པ་ལས་

མི་འབྱུང་། འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐལ་གང་ཡིན་རྒྱ་སྤྲིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་དགོ་བ་ལས་མི་  
འབྱུང་བ་སྟེ། འདི་ནི་འབྲས་བུ་ངེས་པའི་ཚུལ་ལོ།

ཤེ་བྲག་ལ་སྦྱར་ན། རྒྱ་སྤྲིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ལོངས་སྤྱོད་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་  
དབུལ་པོ་མི་འབྱུང་། རྒྱ་སེར་སྣ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་དབུལ་པོ་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་ལོངས་སྤྱོད་  
མི་འབྱུང་བ་སོགས་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཀྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་བཞིན་ཏེ། མདོ་ལས།  
ཅི་འདྲ་བ་ཡི་ལས་བྱས་པ། དེ་འདྲའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་  
པའོ། འོ་ན་རྒྱ་འབྲས་ངེས་པ་ཅན་གྱི་ཚུལ་གཉིས་པོ་འདི་གཞལ་བུའི་གནས་གསུམ་གྱི་ནང་  
ནས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་བཞེད་པའི་སྒོ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཏེ། མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ལས་འབྲས་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པར་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚུལ་གཉིས་ཀ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་དུ་བཞེད་  
དེ། དེ་ལྟར་ན་ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་དཔོག་དགོས་ཀྱི། མངོན་སུམ་དང་དངོས་  
སྟོབས་གང་གིས་ཀྱང་མི་འབྱུང་པོ། ཡང་མཁས་པ་ལ་ལས་འདི་ལྟར་དུ་བཞེད་དེ། རྒྱ་དང་  
འདྲ་བའི་འབྲས་བུ་རྩེས་སུ་འབྱུང་བ་དང་། འབྲས་བུ་དང་འདྲ་བའི་རྒྱ་སྤྲིན་དུ་སོང་བ་གཉིས་ཀ་  
དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་གཞལ་བྱས་པས་ཅུང་ཟད་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྟེ། བསམ་གྱིས་མི་  
བྲབ་པའི་སྤྱོད་ལུལ་དུ་གསུངས་པ་ནི་ལས་གང་དུ་བྱས་པ་དང་ཚུལ་རི་ལྟར་དུ་བྱས་པ་སོགས་  
ལ་དགོངས་པས་སྒྲོན་མེད་ཅེས་ཟེར་ཏེ། དེའི་ལྟར་ན་ཚུལ་སྣ་མ་རང་བཞིན་གྱི་ཉགས་ལས་དང་།  
ཕྱི་མ་འབྲས་བུའི་ཉགས་ལས་འབྲུབ་པར་བྱ་དགོས་སོ།

གཉིས་པ་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི། དགོ་སྤྲིག་གི་རྒྱ་ཆུང་དུ་ལས་ཀྱང་བདེ་སྤྱག་གི་འབྲས་བུ་རྒྱ་  
ཆེར་འཕེལ་བ་སྟེ། འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་མདོ་མཛུངས་སྤྱན་སོགས་སུ་མཐའ་ཡས་  
པ་ཞིག་གསུངས་སོ། འོ་ན་ཆད་མ་གང་གིས་འབྲུབ་ཅེ་ན་སྤྱིར་འཕེལ་བ་ཅམ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་  
རྒྱ་འབྲས་ལའང་ཡོད་པས། དེ་དག་དཔེར་བྱས་ཏེ་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་གཞལ་བྱས་པར་ཁས་

མྱེད་མ་ནམ་མཁའ་ལ་མེད་མོད། འོན་ཏེ་རི་ཙམ་དུ་འཕེལ་བའི་རེས་བཟུང་གི་ཆ་ནི་ཡིད་ཆེས་  
བའི་རྟགས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་དཔོག་དགོས་པ་ཏེ། གཞན་དུ་མཛོན་སྤྲོས་དང་དངོས་སྟོབས་  
གང་གིས་ཀྱང་མི་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ།།

གསུམ་པ་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ་ནི། དགེ་སྤྲིག་གི་ལས་མ་བྱས་ན་བདེ་སྤྱད་  
གི་འབྲས་བྱ་དང་མི་འཕྲད་པའི་དོན་ཏེ། སྤྱིན་པ་མ་བཏང་ན་ལོངས་སྟོང་དང་མི་འཕྲད། ཚུལ་  
ཁྲིམས་མ་བསྐྱངས་ན་བདེ་འཁོར་དང་མི་འཕྲད་པ་ལྟ་བུའོ།། དོན་འདི་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་  
ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུབ་སྟེ། ཤེས་སྒྲུའོ།།

བཞི་པ་བྱས་པ་རྒྱད་མི་ཟ་བ་ནི། དགེ་སྤྲིག་གི་ལས་བྱས་ནས་ཡུན་རིང་པོ་རི་ཙམ་ཞིག་  
སོང་ཡང་བར་མ་དོར་རྒྱད་ཟོས་སུ་མི་འཁོར་བར་ནམ་སྤྱིན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་ཕྱད་ཅིང་སྤྱིན་པའི་  
དུས་ལ་བབ་པ་ན་བདེ་སྤྱད་གི་འབྲས་བྱ་གདོན་མི་ཟ་བ་ཉིད་དུ་སྤྱིན་པ་སྟེ། ལུས་ཅན་དག་གི་  
ལས་རྣམས་ནི། བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་ཡང་རྒྱད་མི་ཟ།། ཆོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་པ་ན།། འབྲས་བྱ་  
སྤྱིན་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་།། ཞེས་སོ།། འོན་ཏེ་ཁོང་ཁྲོས་དགེ་ཅ་འཛོམས་པ་དང་སྟོབས་བཞིས་སྤྲིག་  
པ་འདག་པར་བཞད་པས་བྱས་པ་རྒྱད་མི་ཟ་བར་གསུངས་པ་ནི་གཤམ་བྱེད་དང་མ་ཕྱད་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་པའོ།། ཚུལ་འདི་ཡང་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ལས་ཏེ། རི་ལྟར་ཞེན་འདིའི་གནད་  
དོན་མཐར་གཏུགས་ནས་དབྱེད་ན་རྒྱ་ཆོགས་ཆང་ཆེ་འབྲས་བྱ་སྟེ་བའི་དོན་དུ་སྤྲང་ལ། ཆོགས་  
པའི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་སྟེ་བ་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ཆད་མ་  
ནམ་འགྲེལ་ལས། རྒྱ་ཆོགས་པ་ལས་འབྲས་སྟེ་བར།། རེས་སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་པ།། དོན་  
གཞན་ལ་ནི་མི་སྟོས་ཕྱིར།། དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྟེན།། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་རེས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་ལས་  
བཟང་ངན་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱས་ན་འབྲས་བྱ་བཟང་ངན་དེ་འདྲ་ཞིག་འབྱུང་བར་གོར་མ་ཆག་སྤྲོས་

དུ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ལ་སྡིག་པ་སྤོང་ཞིང་དགེ་བ་སྦྱབ། ལས་འབྲས་འཕེལ་ཆེ་བའི་ཚུལ་  
བསམས་ནས་སྡིག་པ་སྤོང་ཡོན་ཡང་སྤོང་གང་ཐུབ་དང་དགེ་བ་སྤོང་ཡོན་ཡང་སྦྱབ་གང་ཐུབ  
བྱེད། མ་བྱས་པ་དང་མི་སྤྲད་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་བདེ་བ་གང་དང་གང་ལ་འདོད་པ་སྦྱེས་  
ཙམ་ནས་དེ་དང་དེའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་དགེ་བ་བསྦྱབ་པ་ལ་བསྦྱབ། ལས་བྱས་པ་རྒྱད་མི་ཟ་བར་  
བསམས་ནས་སྦྱག་བསྐལ་གང་དང་གང་ལ་མི་འདོད་པ་སྦྱེས་ཙམ་ནས་དེ་དང་དེའི་རྒྱར་རྒྱར་  
པའི་སྡིག་པ་སྤོང་བ་ལ་འབད་དགོས་པ་སྟེ། དེ་རྒྱར་མ་བྱས་ན་ལས་འབྲས་གཏན་ལ་དབབ་པའི་  
དགོས་དོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་གསུང་།

བཞི་པ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ་གཉིས། ལས་འབྲས་མེད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་  
 དང་། ལས་འབྲས་འཆོལ་བའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལོ། དང་པོ་ནི། དེད་དུས་ཀྱི་མི་སྤྱན་པོ་ཁ་  
 ཅིག་དགེ་སྤྱིག་གི་ལས་ཅམ་ཁོ་བོས་ཀྱང་མང་དག་བྱས་པ་ལགས་ཏེ། དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་  
 འདིའོ་སྟམ་པ་ཞིག་སྟོན་ཆད་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་ཞིང་། གཞན་དག་གིས་བྱས་པ་ལའང་འབྲས་  
 བྱ་འདིའོ་སྟམ་པ་ཞིག་མ་མཐོང་བས། དཀར་ནག་གི་ལས་བྱས་པ་ལ་བདེ་སྤྱག་གི་འབྲས་བྱ་  
 འབྱུང་བར་བཤད་པ་མི་བདེན་པ་འབྲས་སྟམ་ན། ས་བོན་བཏབ་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱ་གུ་མི་སྤྱེ་ཡང་དུས་  
 ལ་བབ་ན་སྤྱེ་བ་མདོན་སྤྱམ་དུ་མཐོང་བ་ལྟར། ལས་བྱས་མ་ཐག་ཏུ་འབྲས་བྱ་མི་འབྱུང་ཡང་དུས་  
 ལ་བབ་ན་འགོག་མེད་དུ་འབྱུང་བ་སྟེ། ཆོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་པ་ན། འབྲས་བྱ་སྤོན་པ་ཉིད་དུ་  
 འབྱུང་། ཞེས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། ཚས་པ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་དང་། རྟིག་ཅན་བདེ་བས་འཆོ་བ་དུ་  
མ་ཞིག་མཐོང་བས་ལས་འབྲས་མི་འཆོལ་བར་བཤད་པ་ནི་ལྟར་བདེན་སྟེན་ན། འདི་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་  
ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྟེན་ཤེས་དགོས་པ་སྟེ། དང་པོ་ཚས་པ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བའི་ཉེར་ལེན་  
ཀྱི་རྒྱ་ནི་སྤར་རང་གིས་བསགས་པའི་མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ། རྒྱུན་ནི་ནག་ཤོགས་ཁ་

རྒྱལ་བས་སམ་ཡང་ན་དགོ་བ་སྟོབས་ཆེས་བས་བྱས་པ་སྟེ། རྡོ་རྗེ་གཙོད་པ་ལས། རིགས་ཀྱི་  
 བུམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་དག་འདི་ལྟ་བུའི་མདོ་སྟེང་ཆོག་འདི་དག་ལེན་པ་དང་། འཛིན་པ་  
 དང་། འཆང་བ་དང་། རྟོག་པ་དང་། གུན་ཚུབ་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་མནར་བར་འགྱུར། འིན་  
 ཏུ་མནར་བར་འགྱུར་རོ། དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། རབ་འཕྱོར་སེམས་ཅན་དེ་དག་ནི་ཆོ་རབས་སྤྱི་  
 མའི་མི་དགོ་བའི་ལས་ངན་སོང་དུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་བ་གང་དག་བྱས་པ་དེ་དག་ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་  
 མནར་བས་ཆོ་རབས་སྤྱི་མའི་མི་དགོ་བའི་ལས་ངན་སོང་དུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་བ་གང་དག་བྱས་པ་  
 དེ་དག་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཀྱང་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་དགོ་ཅ་  
 སྟོབས་ཆེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱི་མར་ངན་སོང་དུ་སྦྱོང་བར་འགྱུར་བའི་ལས་ནམས་ཆོ་འདི་ལ་  
 སྦྱོན་ནས་སྤྱི་མ་པན་ཆད་དུ་བདེ་བས་དུས་འདའ་སྟེ་མཐར་ཐུག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱང་བདེ་  
 རྟེན་ཉིད་དུ་ཐོབ་ན་གཞན་དང་གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོས་པར་གསུངས་པ་དང་། བེའུ་བུས་སྟོན་སོ་ལས།  
 སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་མར་འབྱིབ་དུས་ན། ཉག་པོའི་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བ་མཐུ་ཆེ། དཀར་པོའི་  
 ཕྱོགས་ལ་དགའ་བ་མཐུ་ཆུང་། དེ་སྤྱིར་ཆོས་མིན་ཞུགས་པ་ནམས་ལ། པན་འདོགས་མང་  
 ཞིང་ཆོ་རིང་ནད་མེད། ཆོས་ལ་ཞུགས་པ་དེ་ལས་རྫོགས་པ། ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་ཆོས་བྱེད་  
 མ་ཞུས། ཞེས་དེང་སང་གི་དུས་འདིར་ནག་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་སྟེ་ནམས་སྟོབས་རྒྱས་འིང་། དཀར་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་སྟེ་ནམས་མཐུ་ཆུང་བས། དེའི་དབང་གིས་སྤྱི་ལ་པན་འདོགས་མང་བ་དང་།  
 ཆོས་བྱེད་ལ་གཞོན་པ་མང་བར་གསུངས་སོ། སྤྱི་ལ་ཅན་བདེ་བས་འཆོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་རི་ལྟར་  
 ཡིན་པ་ཡང་སྤར་བའདད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་ཀྱས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཆོས་པ་འགའ་ཞིག་  
 ཐུལ་དུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ལྟག་པར་མནར་བ་ནི་ཤུགས་སུ་བདེ་བ་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པ་བརྒྱད་  
 མར་སྦྱོང་བའི་སྤྱ་ལྟས་དང་། སྤྱི་ལ་ཅན་འགའ་ཞིག་གནས་སྐབས་བདེ་བས་ལྟག་པར་འཆོ་བ་ནི་  
 མཐར་ཐུག་ངན་སོང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སུ་མཐའ་མེད་པ་བརྒྱད་མར་སྦྱོང་བའི་སྤྱ་ལྟས་ཡིན་པས།

དེ་ལྟར་མཐོང་བ་ན་ལས་འབྲས་ལ་ལྟག་པར་ཡང་ཡིད་ཆེས་པར་རིགས་ཀྱི་ལོག་ལྟར་བྱར་མི་  
རིགས་སོ།། འདི་དག་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་བས་ད་དུང་དཔེ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སློན་ནས་ཀྱང་རིམ་པ་  
བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཞིང་ས་འགའ་ཞིག་ཏུ་སློན་གྱི་ས་བོན་བཏབ་པའི་རྗེས་ལ་དུག་གི་  
སྤྱ་གུ་སྤྱེ་བའང་ཡོད་མོད་ཀྱི། འོན་ཏེ་དེ་ནི་སྤར་བཏབ་པའི་དུག་གི་ས་བོན་ལས་སྤྱེ་བ་ཡིན་ཀྱི།  
ད་ལྟ་བཏབ་མ་ཐག་པའི་སློན་གྱི་ས་བོན་ལས་སྤྱེ་བ་མིན་ཏེ། དེ་ནི་གཞི་ནས་སྤྱེ་རྒྱུར་བསྐྱེད་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་དང་། སློན་གྱི་ས་བོན་ལས་དུག་གི་སྤྱ་གུ་སྤྱེ་བའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། དཔེ་དེ་  
བཞིན་དུ་ལས་དགེ་བ་བྱས་པའི་རྗེས་ལ་འབྲས་བྱ་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་བའང་སྤིང་མོད་ཀྱི། འོན་  
ཏེ་དེ་ནི་སྤར་བྱས་པའི་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཀྱི་ད་ལྟ་བྱས་མ་ཐག་པའི་  
དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་མིན་ཏེ། དེའི་འབྲས་བྱ་བདེ་བ་ཕྱན་སྲུང་ཆོག་པ་གཞི་ནས་  
འབྱུང་རྒྱུར་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལས་དཀར་པོ་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་ནག་པོ་  
སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ལས་མི་དགེ་བ་བྱས་པའི་རྗེས་ལ་འབྲས་  
བྱ་བདེ་བ་འབྱུང་བའི་དཔེ་དོན་ཡང་སྤྲ་མ་ལས་ཆོག་ནས་སྤར་རྒྱ་ཡིན་ལ་འཕགས་པ་སྤྱར་ཆུང་  
སོགས་ཆོས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་རི་ལྟར་བྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་  
བྱ་གཙུག་ལྷན་ཅན་སོགས་སྤྱི་གཙུག་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་བདེ་བ་ཕྱན་སྲུང་ཆོག་པ་ལྟར་བྱུང་བའི་  
ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་སྐབས་འདིར་སྤྱར་ནས་བསམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།། འོན་ཏེ་ལྟར་ཡིན་ཆེ་ཆོས་  
བྱས་པ་བཞག་ནས་ཆོས་མིན་སྤྱད་པར་རིགས་སམ་སྤྲུམ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དུག་མངར་  
མོ་ཟོས་ན་ཟོས་པའི་རིང་ལ་བདེ་བ་སྤྲ་མོ་འབྱུང་མོད་ཀྱི། དུག་སྤྱེ་གཞོན་པས་ཟར་མི་རུང་ལ།  
སློན་བསྐྱེད་པོ་བསྟེན་ན་ཟོས་པའི་རིང་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྲ་མོ་འབྱུང་མོད་ཀྱི། དུག་སྤྱེ་པན་པས་  
ནན་གྱིས་བསྟེན་འོས་པ་ལྟར། སྤྱི་གཙུག་པས་རེ་ཞིག་བདེ་བ་ལྟར་སྤྱང་ཡང་དུག་སྤྱེ་གཞོན་  
པས་བྱར་མི་རུང་ཞིང་། ཆོས་བྱས་ན་རེ་ཞིག་དཀའ་བ་ལྟར་སྤྱང་ཡང་དུག་སྤྱེ་བདེ་བས་ནན་



གྱིས་བྱེད་འོས་པ་སྟེ། སྐྱེས་རབས་ལས། མི་ཡི་བདག་པོ་འཇིག་རྟེན་སྤྲད་མ་ལའང་ལྟ་བུའི་  
 རིགས།། དེ་བས་དགའ་ཡང་ཕན་པ་མ་ཡིན་བསྟེན་མི་རིགས།། ལམ་གང་ཡིད་དུ་འོང་ལ་གྲགས་  
 དང་མི་འགལ་བ།། དེ་ནི་མི་དགའ་བ་ཡང་སྤྲོ་བ་ཏུ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པའི་རིགས།། ཞེས་དང་།  
 འདུལ་བ་ལས། གང་ལས་སྤྱད་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་ཡི།། བདེ་བ་དེ་ལ་བདེར་མི་སེམས།། གང་  
 ལས་བདེ་བ་འབྱུང་བ་ཡི།། སྤྱད་བསྐྱེད་དེ་ལ་བདེ་བར་སེམས།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

འདིར་སྤྲུས་པ། སྐྱེ་བོ་པལ་ཆེར་ཆོས་ལ་མི་མོས་ཏེ།། འགའ་ཞིག་མོས་ཀྱང་ཆོས་  
 གྱི་གནད་མི་ཤེས།། ཤེས་ཆོས་དག་ཀྱང་མཐེལ་བྱིན་མི་ཤེས་པས།། ཅུ་བ་བོར་ནས་ཡལ་  
 ག་ཉིད་ལ་རྒྱག་། གང་དག་ཆེ་རབས་སྤྱི་ཕྱི་ཡོད་ལྷགས་དང་།། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་རི་  
 ལྟར་མི་བསྐྱེད་ཆུལ།། མི་ཤེས་པའམ་ཆོག་ཅམ་ཤེས་ཀྱང་ནི།། ཡིད་མི་ཆེས་བ་དེ་དག་ལ་  
 མ་བརྟ།། ལོག་སྟོན་མཐུ་ལྟ་བུ་དུང་རིགས་འབྱུང་བའི་བྱས།། བསྟན་ལ་ཆོལ་བའི་ཏུང་སྤྱི་  
 བསྐྱགས་པ་ལ།། སྤྱིང་གིས་མི་བཟོད་འཆལ་གཏམ་འདི་ཐལ་གྱི།། རྟེན་བཀྱར་གྲགས་སྟན་  
 འདོད་བྱིར་མ་ལགས་སོ།། སྟོན་སྤྲངས་ལས་འཕྲོའི་ས་བོན་མི་ཉམས་ཤིང་།། ལྷ་མ་ལྟ་ཡི་སྤྱགས་  
 རྩེ་བོད་གཤེར་སོགས།། ལྟན་ཅིག་ཆོགས་ན་དུས་ཀྱི་མཐའ་འདིར་ཡང་།། ཤེས་པ་བཤད་གསར་  
 པའི་སྤྱི་གྲུ་ཅིས་མི་འབྱུང་།། ཆུལ་འདི་རང་སྟོས་དབྱེད་དེ་བྱིས་པ་ལས།། གཞན་གཞུང་བརྟུས་  
 པའི་ཉེས་པ་མ་མཆིས་མོད།། འོན་ཏེ་བྱིས་སྟོས་མི་འཆུན་གང་ལགས་པ།། ལྷ་མ་ལྟ་ཡི་སྤྱན་  
 སྤར་སྤྱིང་ནས་འཆགས།། འདི་ཡི་དགོ་བས་བདག་གཞན་འཕྲོ་བ་ཀྱན།། སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བར་ལོག་  
 ལྟས་མི་གཡོ་བར།། ཆོས་ཆུལ་ཀྱན་ལ་ཆོད་མས་ངེས་རྟེན་ནས།། ཆོས་བཞིན་སྤྱད་པས་དུས་  
 རྣམས་འདའ་བར་ཤོག། །ཅེས་ཆེ་སྤྱི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལས་བརྟུམས་པའི་གཏམ་གྱི་སྤེང་  
 བསྐྱེད་བཟང་མགུལ་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་བཅུན་གསུགས་ལམ་མིང་དག་དབང་ཕུན་ཆོགས་  
 པས་སྤྱར་བའོ།། ། དགོ་ལེགས་འཕེལ།



འཇམ་པའི་དབྱངས་ཁྱོད་མོས་ལྷན་བུ་ལ་སྤྲུགས་ཇེས་གཟིགས།། ཅ་ཅར་སྤྱང་བའི་དབྱངས་  
 གྱིང་རོས་ལན་བརྒྱར་མཆན་ནས་འབོད་ལགས་ན།། ཆ་ལུགས་རབ་མཛེས་མཆན་དཔེའི་སྤྱི་  
 མཆོག་མངོན་སུམ་ལྷན་མེར་འདྲིར་བྱོན་ནས།། ཇ་སོགས་དངོས་བཤམས་ཡིད་གྱིས་སྤྱར་བའི་  
 ཡིད་འོང་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྲིན།། ཉ་གང་ཆེ་ལྟར་མཆོག་ཏུ་དཀར་བའི་ཞལ་གྱིས་མངོན་  
 པར་བཞེས་སུ་གསོལ།། ཉ་སྤྱི་ག་ཉ་གང་ན་སུ་བཞུགས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་ཁྱོད་ཡིན་མྱེད།། ཐམས་ལ་  
 བདག་ནི་ཁྱོད་ཞབས་སྤངས་ཏེ་རེ་ས་གཞན་དུ་ཡོད་མིན་པས།། ད་ནས་བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོའི་  
 བར་དུ་མགོན་པོ་ཁྱོད་ལ་སྤྱབས་གསོལ་གྱི།། ཊ་ཆ་ལ་སོགས་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྤྱར་བའི་  
 ཆུལ་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།། པ་ཊ་ལྟར་འཁྲིག་འཁོར་བའི་གནས་འདྲིར་ཐོག་མ་མེད་ནས་  
 འབྲམས་སྤྱར་གྱང་།། པ་རོལ་བྱིན་པའི་ལམ་དུ་མི་སྟེག་ད་དུང་འབྲམ་པར་འཇུར་བ་འདི།། པ་  
 ལང་བཞེན་དུ་སྤྱང་དོར་མི་བྱེད་མོངས་ཆེན་གདོན་འདིས་ལན་པས་ན།། པ་ལུས་ཤེས་བྱའི་ཁྱོན་  
 ལྟར་ཡངས་པའི་རྣམ་དཔྱད་བདག་ལ་སྤྱལ་དུ་གསོལ།། ཅ་ན་ཀླ་ཡི་ཇེས་ལ་གཞོལ་ཏེ་བསྐྱབ་  
 ལས་འདའ་བའི་ཉེས་པའི་ཆོགས།། ཆ་གང་དཔུལ་བའི་སྤྱི་ཆུགས་སུ་ཡུད་གྱིས་སྤྱར་བའི་  
 རྒྱར་མཐོང་ནས།། ཇ་ལ་སྤྱས་བཅས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་ཁྱོད་ཞབས་བརྒྱུ་ལ་བཀུད་དེ།། མ་ལེར་སྤྱང་  
 ནས་རྣམ་པར་འཆགས་སོ་སྤྲུགས་ཇེས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་མཛོད།། ཉཱ་ལྟར་དུས་གསུམ་རྒྱལ་  
 པ་ཀུན་གྱི་གཙུག་ན་བཀྱར་བའི་ཁོར་བུ་ཁྱོད།། ཟ་མ་ཏོག་འདྲའི་བདག་སྤྱིང་དབུས་སུ་སྤྲུགས་  
 ཇེའི་བྲུགས་གྱིས་སྤྱར་བྱོན་ནས།། འ་ཅག་ཉིད་སྤྲུགས་བསམ་མི་བྱུང་བའི་ནམ་མཁའི་མཛོད་  
 ལ་མངའ་བཞེས་མྱེད།། ཡ་མཆན་མཆོག་དང་བུན་མོང་དངོས་བྱུབ་སྤྱིང་དབུས་སྤྱར་བྱར་སྤྱར་  
 དུ་གསོལ།། ར་རོ་ལྟ་བུའི་གཉིད་རྒྱགས་ལེ་ལོ་སྤྱད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་གཡེང་བར།། ལ་ཁྱར་  
 ཉིན་མཆན་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་ཆུལ་བཞེན་སྤྱབ་ལ་སྤྱར་བའི་མཐུས།། ལ་དུས་རྒྱལ་ཟད་མཆོག་གི་  
 གོ་འཕང་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཐོབ་ནས་སྤྱར།། ས་གསུམ་འགོ་རྣམས་ཅིག་ཅར་སྤྱོད་པའི་མཐུ་ནུས་

བདག་ལ་སྦྱལ་དུ་གསོལ།། ཏ་ཅང་སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་བྱིད་ལ་སྦྱབས་སུ་མཆིས་  
ལགས་ན།། ཏ་ལའི་དུག་ཐོས་ཉེན་པའི་བྱ་ལ་མ་ལྟར་བཅེ་བའི་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ།། ཨ་དོན་སྦྱི་  
མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཞི་བའི་བདེ་ལ་མི་མནལ་བར།། ཨ་བ་རྩ་ཉིད་ལམ་ནས་བྱོན་ཏེ་ཐུགས་  
ཡིད་གཅིག་ཏུ་ད་མཛོད་ཅིག །དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དངོས་  
འབྱུང་གྱུར་ནས།། འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

ཅེས་འཕགས་མཆོག་འཇམ་དཔལ་དཀར་པོ་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་  
རབ་ཏུ་བྱེད་པ་འདི་ཡང་།། ལམ་མིང་པས་རང་ལོ་སོ་གསུམ་པར་འབྲས་སྦྱངས་དགོ་འཕེལ་རི་  
ཁོད་དུ་རྩ་འདིའི་བསྟེན་མཆོམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བྲིས་སོ།། དགོ་ལེགས་འཕེལ།

## གསང་བ་འདུས་པའི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱས་རན་པ་རིག་འཛིན་ དག་འཕྲོན་ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ། རིགས་ཀྱན་བྱེད་པོ་ཁྱབ་བདག་རྒྱ་རྗེའི་སེམས།། རྫོ་གོས་རིན་ཆེན་  
འཕགས་མཆོག་སྦྱ་སྦྱབ་སོགས།། དངོས་དང་བརྒྱད་པའི་རྫོ་མའི་ཆོགས་ནམས་ལ།། གསོལ་བ་  
འདེབས་སོ་མཆོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ།། རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་ཞེ་སྤང་རྒྱ་རྗེ་སྦྱ་མདོག་  
མཐིང་ནག་ནག་དཀར་དམར་པའི་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་གི་གཡས་རྒྱ་རྗེ་འཁོར་ལོ་བསྒྲ།  
གཡོན་བྲིལ་བྱ་རིན་ཆེན་རལ་གྱི་འཛིན་པ་ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྦྱར་གྱུར། ཨོ་ཨྱུ་ཤིང་ལྷན་ཏ་གྱི་ཏ་  
ཏྱ། ཨོ་ཕུའུ་ཏྲ་རྩྱ་ན་བཟླ་སྤྱ་ལྷ་ཨྱུ་ཀོཉ་ཏྱ། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།། སྟོང་པའི་རང་ལས་ཡི་  
ལས་རྒྱུད། རི་ལས་མེ། ཨོ་ཨྱུ་ཏྱི་ལས་མི་མགོའི་སྦྱིད་བྱ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་ཨྱུ་ལས་ཐོད་པ་  
ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་འོག་གཞིར་ཨྱུ་ས་མཆོན་པ། དེའི་ནང་དུ་ཤ་ལྷ་བདུད་ཅི་ལྷ་སྟེ་སོ་སོར་

མིང་ཡིག་དང་། རྒྱུ་མོང་དུ་ཨོ་ཡིག་གིས་མཆན་བ། དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་ཨོ་ལས་དོ་རྩེ་ཨོ་གིས་  
 མཆན་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རྒྱུང་ལ་ཐོག་བས་རྒྱུང་གཡོས། མེ་སྤར། ཐོད་བའི་ནང་གི་རྩས་  
 རྣམས་ཁྱེད་ཁོང་ཁོལ། དོ་རྩེ་ཨོ་དང་བཅས་བ་ཐོད་བར་སྤྱངས་ཏེ་ཁྱེད་བས་ཁ་དོག་དེ་རྒྱས་ཀྱི་སྟོན་  
 སྤངས་། བརྒྱ་ལྷུང་དང་བཅས་བ་ཁྱེད་བས་བདུད་ཅིའི་འོ་ཐོར་རྟོགས་བར་བྱས། ཨོ་ཀྱི་འོད་ཟེར་  
 གིས་བདུད་ཅི་བཀྲུག་ནས་བསྐྱབ་བས་མང་ཐོར་སྤར་ཞིང་སྤེལ་བར་གྱུར། ཨོ་ལྷུང་ཨོ། ལན་བདུན་  
 བརྟེན། ཨོ་ལྷུང་བེ་ལྷན་ཏ་ཀྱི་ཏ་ཨོ། ཨོ་ཤུཅ་ཏ་མ་ཏྱི། སྟོང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་བའི་རང་ལས་  
 ལྷུང་ལས་ཐོད་བའི་སྟོད་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སོ་སོའི་ས་བོན་ལས་མཆོད་རྩས་རྣམས་བྱུང་བར་  
 གསུམ་ལྡན་ཀྱི་འོ་ཐོར་གྱུར། ཨོ་ཨ་རྒྱ། སྤྱི་བྱ། བུ་ཤེ། རྒྱ་ལེ། ཨོ་ལེ་ཀེ། ཀྱེ། རྒྱེ། རྒྱེ་ལེ། རྒྱེ་  
 ལྷུང་ཨོ། མཆོད་གཏོར་ནང་མཆོད་ལྟར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ཨོ་ལས་འོད་ཟེར་  
 འཕྲོས། ཐོགས་སྟོང་རྣམས་བཀྲུག་སྟེ་འོད་གསལ་དུ་བཅུག་བ་ལས་འདུས་བའི་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་ཀྱི་  
 སྤྱུང་བཞེངས་བའི་ལྷགས་དོ་རྩེའི་འོད་ཟེར་ཀྱི་སྤྱུ་བྱ་ཅན་རྣམས་སྤྱུ་གྱུར། ཨོ་ད་ཤ་དེ་ཀ་ལོ་ཀ་སྤྱུ་  
 ལ་ས་བ་དེ་སྤྱུ་ར་ཨ་རྒྱ་མ་ཤ་ཤ་ཏེ་རྒྱུ་ཨོ་སྤྱུ་སྤྱུ་ ཨོ་ད་ཤ་མ་ཨོ་ལྷུང་ཨོ། ཐོགས་སྟོང་འཁོར་དང་  
 བཅས་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་དགེ་བའི་བྱ་བ་རྣམས་མཐར་ཕྱིན་བ་དང་དེའི་བར་ཆད་ཞི་བའི་  
 འཕྲིན་ལས་མཆོད་ཅིག །ཨོ་བརྒྱ་ལྷུང་ ཐོགས་སྟོང་འཁོར་བཅས་རང་གནས་སྤྱུ་གཤེགས་བར་  
 གྱུར། བདག་བསྐྱེད་མཆོད་བ་སྤར་ལྟར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྤྱུ་བས་སྤྱུ་  
 འཕྲོ། འཕྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཤོག །ལན་གསུམ། རང་གི་སྤྱུ་ཐོར་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྤྱུ་  
 ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས་བས་ནད་གདོན་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་དག་བར་གྱུར། ཡིག་བརྒྱའི་  
 གཅིག་བརྒྱ། དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་རང་ལ་ཐེམ་བས་རང་གི་སྟོ་གསུམ་དང་དོ་རྩེ་སེམས་  
 དཔའི་སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་དབྱེར་མི་བྱེད་བར་གྱུར། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ཨོ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
 རྒྱ་མ་མི་བསྟོད་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྱན་བྱངས། ཨོ་བརྒྱ་རྒྱུ་ས་བ་དེ་སྤྱུ་ར་ཨ་རྒྱ། སྤྱི་བྱ། བུ་ཤེ།

[illegible]



བ་བསྐྱོམ་བ་མིན།། དེ་ལྟར་དངོས་པོ་དངོས་མེད་པས།། སྒྲོམ་བ་དམིགས་སུ་མེད་པའོ།། བསྐྱོམ་  
བྱ་སྒྲོམ་བྱེད་སོགས་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར།  
སྟོང་པའི་ངང་ལས་འབྱུང་བཞི་ལས་བྱུང་བའི་སྣ་ཆོགས་དོ་རྗེའི་ལྟེ་བར་རྩྭ་ལས་བྱུང་བའི་གཞལ་  
ཡས་ཁང་གྲུ་བཞི་སྒྲོ་བཞི་ལ་སོགས་བ་མཆོན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བ་གདན་དང་  
བཅས་པར་གྱུར། གདན་དེ་ནམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ལྷག་པར་མོས་བ་ཅམ་གྱིས་ལྷ་སོ་གཉིས་དུས་  
གཅིག་དུ་རྫོགས་པར་གྱུར་བ་ནི། དབུས་ཀྱི་གདན་ལ་རང་ཉིད་དོ་རྗེ་འཆང་ཡབ་ལུམ་སྐྱུ་མདོག་  
སྟོན་པོ། འར་དུ་ནམ་སྒྲུང་དཀར་པོ། ལྟོ་རིན་འབྱུང་སེར་པོ། ལུབ་དུ་འོད་དཔག་མེད་དམར་  
པོ། བྱང་དུ་དོན་བྱབ་ལྗང་ཁ། འར་སྟོར་སྐྱོན་མ་དཀར་པོ། ལྟོ་ལུབ་དུ་སྐྱ་མ་གྱི་སྟོན་མོ། ལུབ་  
བྱང་དུ་གོས་དཀར་མོ་དམར་མོ། བྱང་འར་དུ་སྒྲོལ་མ་ལྗང་ཁ། རིམ་བ་གཉིས་པའི་འར་སྟོར་  
གཟུགས་དོ་རྗེ་མ་དཀར་མོ། ལྟོ་ལུབ་དུ་སྐྱ་དོ་རྗེ་མ་སེར་མོ། ལུབ་བྱང་དུ་བི་དོ་རྗེ་མ་དམར་མོ།  
བྱང་འར་དུ་རོ་དོ་རྗེ་མ་ལྗང་ཁ། འར་སྟོའི་གཡས་སུ་བྱམས་བ་དང་གཡོན་དུ་ས་སྟེང་དཀར་པོ།  
སྟོ་སྟོའི་གཡས་སུ་བྱག་དོར་དང་གཡོན་དུ་ནམ་སྟེང་སེར་པོ། ལུབ་སྟོའི་གཡས་སུ་འཛིག་རྟེན་  
དབང་བྱུག་དང་གཡོན་དུ་འངམ་དཔལ་དམར་པོ། བྱང་སྟོའི་གཡས་སུ་སྒྲིབ་སེལ་དང་གཡོན་དུ་  
ཀུན་བཟང་ལྗང་ཁ། འར་སྟོར་གཤེན་རྗེ་གཤེན་ནག་པོ། ལྟོ་སྟོར་ཤེས་རབ་མཐར་བྱེད་དཀར་  
པོ། ལུབ་སྟོར་རྟ་མགིན་དམར་པོ། བྱང་སྟོར་བགེགས་མཐར་བྱེད་ནག་པོ། འར་སྟོར་མི་གཡོ་བ་  
ནག་པོ། ལྟོ་ལུབ་དུ་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟོན་པོ། ལུབ་བྱང་དུ་དབྱུག་སྟོན་ཅན་སྟོན་པོ། བྱང་འར་  
དུ་སྟོབས་པོ་ཆེ་སྟོན་པོ། སྟེང་དུ་གཙུག་ཏོར་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་སྟོན་པོ། འོག་དུ་གཞོད་  
མཛེས་རྒྱལ་པོ་སྟོན་པོ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞལ་གསུམ། བྱག་དབྱག །རྒྱན་ཆ་ལུགས། བྱག་  
མཆོན་དང་བཅས་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའོ།། རང་གི་བྱུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བཀུག་སྟེ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཕྱོགས་བཞི་ནས་ཐོགས་བ་མེད་པར་ནང་དུ་

བླགས་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་བས་དོ་རྩེ་སེམས་དབང་གྱུར་ནས་རང་  
 རང་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་གཤེགས་པར་གྱུར། ལྷགས་ཀའི་རྩྭ་གི་འོད་ཟེར་གྱིས་དཀྱིལ་  
 འཁོར་བའི་ལྷ་རྣམས་སྤྱོད་ངངས་ཏེ་རང་གི་གནས་རྣམས་སུ་འཁོད་བ་ནི། སྤྱི་པོར་རྣམ་པར་སྤྱང་  
 མཛད། མགྱིན་པར་འོད་དཔག་མེད། རྟེ་བར་རེན་ཆེན་འབྱུང་གནས། བརྒྱའི་རྩ་བར་དོན་ཡོད་  
 གྲུབ་པ། རྟེ་བར་སྤྱོད་མ། སྤྱིང་གར་སྤྱ་མ་གི། མགྱིན་པར་གོས་དཀར་མོ། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་སྒྲོལ་མ།  
 མིག་ཏུ་སའི་སྤྱིང་པོ། རྩ་བར་བྱག་ན་དོ་རྩེ། རྩར་ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོ། རྩེར་འཛིག་ཏེན་དབང་  
 གྲུག། སྤྱིང་གར་འཛམ་དབའ། གསང་གནས་སུ་སྤྱིབ་པ་རྣམ་སེལ། ཆོགས་རྣམས་ལ་ཀུན་ཏུ་  
 བཟང་པོ། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་བུམས་པ། མིག་གི་སྒྲོར་གཟུགས་དོ་རྩེ་མ། རྩ་བའི་སྒྲོར་སྤྱོད་དོ་རྩེ་མ།  
 སྤྱིའི་སྒྲོར་བྱི་དོ་རྩེ་མ། ཁའི་སྒྲོར་རོ་དོ་རྩེ་མ། དོ་རྩེའི་སྒྲོར་རེག་བྱ་དོ་རྩེ་མ། ལག་པ་གཡས་ལ་  
 གཤིན་ཆེའི་གཤེད། ལག་པ་གཡོན་ལ་གཞན་གྱིས་མི་སྤྱབ་པ། ཁ་ལ་རྩ་མགྱིན། དོ་རྩེ་ལ་བདུད་  
 ཅི་འབྱིལ་པ། དབྱུང་བ་གཡས་པའི་རྩ་བར་མི་གཡོ་བ། དབྱུང་བ་གཡོན་པའི་རྩ་བར་འདོད་པའི་  
 རྒྱལ་པོ། ལུས་མོ་གཡས་ལ་དབྱུག་སྒྲོན་ཅན། ལུས་མོ་གཡོན་ལ་སྒྲོབས་པོ་ཆེ། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་  
 གཙུག་ཏོར་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ། རྩར་མཐེལ་གཉིས་སུ་གཞོད་མཛེས་རྒྱལ་པོ་སྟེ། དེ་རྣམས་  
 དེམ་གྱིས་འོད་གསལ་དུ་བེམ། ཞི་བྱུང་རྩ་རྩྭ་ན་བཟོ་སྤྱ་སྤྱ་མ་སྤྱ་ཀོལ་རྩྭ་སྤྱི་སྤྱི་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།  
 འཆི་བ་ཆོས་སྤྱིའི་ལམ་འཁྱེར་རོ། སྤྱིང་པའི་རང་ལས་མཛོན་བྱང་ལུས་རང་ཉིད་དང་པོའི་མགོན་པོ་  
 སྤྱི་མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་གསུམ་བྱག་དུག་ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྐྱུར་གྱུར། བར་དོ་མངས་སྤྱིའི་  
 ལམ་འཁྱེར་རོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་བྱང་སེམས་ལས་བྱུབ་པའི་མི་བསྐྱོད་བ་རྣམ་  
 མཁའི་ཁམས་གང་བ་རྣམས་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་དབུས་སུ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་ལ་རང་ཉིད་རྩེས་  
 སུ་བླགས་པས་སྤྱལ་སྤྱོད་དོ་རྩེ་སེམས་དབང་སྤྱོད་མདོག་སྒྲོན་པོ་ཞལ་གསུམ། ལྷག་དུག་པ། རང་  
 འདྲའི་ཡུམ་ལ་འབྱུང་པའི་རྣམ་པར་གྱུར། རྟེ་བ་སྤྱལ་སྤྱིའི་ལམ་འཁྱེར་རོ། རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཕྱིའི་ཆ་

སོ་སོ་གཞུལ་ཡས་ཁང་གི་ཆ་སོ་སོར་གྱུར་ཅིང་། རང་གི་ཆ་སོ་སོ་ལྟ་སོ་སོར་གྱུར་བ་ནི།  
 གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལས་ནམ་པར་སྤང་མཛད། འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལས་འོད་དཔག་མེད། རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལས་མི་བསྐྱེད་པ། ཆོར་བའི་སྤང་པོ་ལས་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས། འདུ་བྱེད་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ལས་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ། སའི་ཁམས་ལས་སྦྱན་མ། རྩའི་ཁམས་ལས་ལྷ་མ་གཤི། མའི་  
 ཁམས་ལས་གོས་དཀར་མོ། རྒྱུད་གི་ཁམས་ལས་སྒྲོལ་མ། ཅ་དང་རྒྱུས་པ་ལས་བྲམས་པ།  
 ཆོགས་རྣམས་ལས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ། མིག་སོགས་དབང་པོ་དྲུག་ལས་སེམས་དཔའ་  
 དྲུག །གཞུགས་སོགས་སྒྲིད་ཡུལ་ལྷ་ལས་སེམས་མ་ལ། ལག་སོགས་ཡན་ལག་བརྩུ་ལས་ཁྲི་  
 པོ་བརྩུ་སྟེ། སྤར་ལྟར་སྦྱི་པོ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སོ་སོར་འཁོད་པར་གྱུར། རང་གི་གནས་  
 གསུམ་ཀྱི་ཡི་གེ་ལས་ལྟ་མོ་གསུམ་ཀྱི་ཆོགས་འཕྲོས། རྩེ་རྩེ་གསུམ་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་མདུན་  
 ཀྱི་ནམ་མཁར་སྦྱན་པར་ས། བདག་ཀྱང་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་ངོ་མོར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པས་སྒྲོས་པའི་ལྷ་མོ་དང་སྦྱན་པར་སའི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་སྦྲུམས་པར་ཞུགས། ཆགས་  
 པའི་སེས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་པར་ཞུ། ཞུ་བ་དེ་ཉིད་རང་གི་གནས་  
 གསུམ་དུ་ཐེམ་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱོ་གསུང་ཐུགས་རྩི་རྩེ་གསུམ་དབྱེར་  
 མི་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར། ཞི་སཐ་ཏ་སྤྲ་ག་ཏ་ཀུ་ཡ་ཤ་ག་ཅིནྟ་བཟླ་སྤྲ་ཤ་ཨཱ་གོཏྟ་ཏྟ།  
 རང་ཉིད་དམ་ཆོག་སེམས་དཔའི་ཐུགས་ཀར་ཆེ་གདན་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་སྦྱོ་མདོག་  
 དམར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་པ་རང་སྤང་གི་ཤེས་རབ་མ་ལ་འཁྱུད་པ། དེའི་ཐུགས་ཀར་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་ཕྱི་ཡིག་སྒྲོན་པོ་སྟེ། སེམས་དཔའ་གསུམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་  
 རལ་པའི་ཅོད་བན་ལ་རྩི་རྩེ་འཆང་ཡབ་ཡུམ་རིགས་བདག་གི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར། རང་  
 ཡབ་ཡུམ་སྦྲུམས་པར་ཞུགས་པས་རྒྱལ་བ་རྣམས་བདེ་བས་མཆོད། ལུས་དཀྱིལ་ཀྱི་ལྟ་རྣམས་  
 ཆོམ་སྟེ་ཞུ་བའི་ཐེག་ལེ་རྩི་རྩེ་ལམ་ནས་ཡུམ་ཀྱི་བསྐྱར་ཞུགས། ཆ་གཉིས་སུ་གྱུར་པའི་གཅིག་

ལས་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་ཅིག་ལོས་ལས་སྤར་ཡང་ཆ་སོ་གཉིས། དེ་ལས་ས་བོན་སོ་གཉིས།  
དེ་ལས་ཕྱག་འཆལ་སོ་གཉིས། དེ་ལས་ལྷ་སོ་གཉིས་སུ་གྱུར་བ་སྟེ། དེ་ལྷར་ཡུམ་གྱི་བརྒྱུར་རྟེན་  
དང་བརྟེན་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར། མི་བསྐྱོད་བ་རང་  
གི་ཐུགས་ཀར་བྲངས། བརྩོན་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་ཕྱིར་ཐུང་། ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས། ཆོས་འཁོར་  
བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་གྱི་མཛད་པ་མཛད། ཁྱད་པར་དུ་ཡང་སེམས་ཅན་ཞེ་སྟངས་  
ཅན་ནམས་གྱི་ཞེ་སྟངས་སྤངས། མི་བསྐྱོད་པའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད། སྤྱལ་བ་ནམས་གཅིག་ཏུ་  
འདུས། མི་བསྐྱོད་པ་ཡེ་ཤེས་པ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འབྲེས། རིགས་བདག་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་བྱང་  
ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱིས་དབང་བསྐྱུར། སྤར་ཕྱོན་ནས་རང་གི་སྤྱིང་གར་ཐེམ་པས་རང་ཉིད་ཞེ་སྟངས་  
རྗེ་རྗེ་ཡབ་ཡུམ་དུ་གྱུར། རེག་བྱ་རྗེ་རྗེ་མ་རང་གི་ཐུགས་ཀར་བྲངས། སྤར་ཤ་བརྩོན་ཐུགས་ཀ་ནས་  
ཕྱིར་ཐུང་། ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས། སེམས་ཅན་རེག་བྱ་ལ་ཞེན་བ་ནམས་སྤངས། རྒྱལ་བ་ནམས་  
རེག་བྱའི་བདེ་བས་མཆོད། སྤྱལ་བ་ནམས་གཅིག་ཏུ་འདུས། རེག་བྱ་རྗེ་རྗེ་མ་ཡེ་ཤེས་པ་དང་  
དབྱེར་མེད་དུ་འབྲེས། རིགས་བདག་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱིས་དབང་བསྐྱུར།  
སྤར་ཕྱོན་ནས་ཡུམ་རེག་བྱ་རྗེ་རྗེ་མ་ལ་ཐེམ། རྣམ་སྤང་ལ་སོགས་པའི་འཁོར་གྱི་ལྷ་ལྷག་མ་  
ནམས་རང་གི་ཐུགས་ཀར་བྲངས། རྗེ་རྗེ་ཀ་ལ་སོགས་པས་ཐུགས་ཀ་ནས་ཕྱིར་ཐུང་། ཕྱོགས་  
བཅུར་འཕྲོས། སྤྱི་སྤྱོད་གྱི་མཛད་པ་མཛད། སོ་སོའི་སྤྱལ་བ་ནམས་གཅིག་ཏུ་འདུས། རང་རང་  
གི་ཡེ་ཤེས་པ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འབྲེས། རིགས་བདག་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
གྱིས་དབང་བསྐྱུར། སྤར་ཕྱོན་ནས་སྤར་གྱི་གདན་སོ་སོར་འཁོར། གཞལ་ཡས་ཁང་རང་གི་  
ཐུགས་ཀར་བྲངས། ཨོ་ཨུཾ་ཧྱཱི་ཐུགས་ཀ་ནས་ཕྱིར་ཐུང་། ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས། སྤོད་གྱི་ཉེས་  
སྤོན་སྤངས། སྤྱལ་བ་ནམས་གཅིག་ཏུ་འདུས། སྤར་ཕྱོན་ནས་སྤར་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་ལ་ཐེམ་  
པར་གྱུར། བརྒྱུས་དམིགས་དང་བཅས་ཏེ། ཨོ་ཨུཾ་ཧྱཱི། ཨོ་ཨུཾ་བརྩོན་ཀྱི་ཧྱཱི། ཨོ་ཨུཾ་སྤར་ཤ་བརྩོན་ཁི་

[illegible]





# བདེ་མཆོག་གི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱེད་རན་པ་རིག་འཛིན་ དག་འཕྲོན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། རིགས་བརྒྱའི་བྱེད་བདག་ལྷ་མ་འཁོར་ལོ་སྟོན། ལྷག་ན་རྟོ་རྟེ་ས་ར་ཏ་ལ་  
སོགས། ལམ་འདིའི་དངོས་བརྒྱུད་ལྷ་མའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་  
སྐྱེད་དངོས་བྱུང་སྟོན། རང་ཉིད་སྐྱེད་ཅིག་གིས་ཏེ་རུ་ཀུ་སྟོན་པོ་ཞལ་གཅིག་ལྷག་གཉིས་ཀྱིས་  
རྟོ་རྟེ་དང་བྱེད་བྱེད་འཛིན་པ་གཡས་བརྒྱུད་གིས་བཞུགས་པ་ལ་ཡུམ་པག་མོ་དམར་མོ་ཞལ་  
གཅིག་ལྷག་གཉིས་ཀྱིས་རྟོ་རྟེ་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པས་འབྱུང་བའི་སྐྱེད་བྱུང་། ཨོྫ་ཁ་རྟོ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
པལ། ཨོྫ་སྐྱ་རྟོ་མ་ཡུལ་སྐྱ་སྐྱ་སྐྱ་སྐྱ་ཡུལ་སྐྱ་རྟོ་རྟེ་སྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་། སྐྱེད་པའི་རང་ལས་ཡི་  
ལས་རྒྱུད་། རི་ལས་མེ། ཨོྫ་ལྷ་རྟེ་ལས་མི་མཐོང་གི་སྐྱེད་བྱེད་གསུམ་གྱི་སྐྱེད་དུ་ལྷ་ལས་ཐོད་པ་བྱེ་  
དགར་ལ་ནང་དམར་བའི་ནང་དུ་ཤ་ལྷ་བདུད་ཅི་ལ། རྒྱུད་གཡོས་པ་ལས་མེ་འབར་བའི་ཐོད་  
ཀྱིས་རྣམས་རྒྱ་ནས་ཉི་མ་འཆར་ཀའི་མདོག་ལྷར་དམར་སེར་དུ་བྱུང་། དེའི་སྐྱེད་དུ་རྟེ་ལས་  
བྱུང་བའི་ཁ་རྟེ་ག་དགར་པོ་མགོ་པོ་སྐྱེད་དུ་བསྐྱེད་ནས་ཐོད་པར་སྐྱེད་པ་ཉི་ལྷ་བས་བསེལ་བ་  
དདུལ་རྒྱུའི་མདོག་ཅན་དུ་བྱུང་། ཡི་གེ་གསུམ་སྐྱེད་ནས་སྐྱེད་དུ་གནས་པ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་  
པས། བདུད་ཅི་གསུམ་བཀྲག་ནས་ཡི་གེ་གསུམ་ལ་ཐེམ། དེ་གསུམ་ཡང་རིམ་གྱིས་ཐོད་པར་  
ཐེམ་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོར་བྱུང་། ཨོྫ་ལྷ་རྟེ་། ལན་གསུམ། ཨོྫ་ཁ་རྟོ་རྟེ་རྟེ་  
པལ། ཨོྫ་སྐྱ་རྟོ་རྟེ་སྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་། སྐྱེད་པའི་རང་ལས་ཀྱི་ལས་ཐོད་པའི་སྐྱེད་རྣམས་ཀྱི་  
ནང་དུ་རྟེ་ལས་མཆོད་རྣམས་ཁྱད་པར་གསུམ་ལྷན་གྱི་རོ་བོར་བྱུང་། ཨོྫ་ལྷ་རྟོ་རྟེ་ལྷ་  
ལྷ་རྟེ་། སྐྱེད་འཕྲུལ་གཏོར་མ་ནང་མཆོད་ལྷར་བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད། མོ། རང་གི་སྐྱགས་ཀའི་རྟེ་ལས་འོད་

ཟེར་འཕྲོས། རྩོགས་སྐྱོང་འཁོར་བཅས་སྤྱན་དངས། ཨོྫ་དཔལ་དེག་ལོ་ག་སྤྲ་ལ་ས་པ་རི་ཕ་ར་  
ཨ་རྩྱི་མཁུ་བ་ཁྱི་རྩྱི་སྤྱན། ཨོྫ་དཔལ་དེག་ལོ་ག་སྤྲ་ལ་ས་པ་རི་ཕ་ར་ཨོྫ་རྩྱི་རྩྱི་ རྩོགས་སྐྱོང་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་དགེ་བའི་བྱ་བ་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་དེའི་བར་ཆད་ཞི་  
བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད་ཅིག ། ཨོྫ་བརྩ་ཕུ་རྩོགས་སྐྱོང་འཁོར་བཅས་རང་གནས་སུ་  
གཤེགས་པར་གྱུར། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ། འགོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་  
ཤོག ། ལན་གསུམ། རང་གི་སྤྱི་པོར་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྤྱི་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས་པས་ནད་  
གདོན་སྤྱིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་དག་པར་གྱུར། ཨོྫ་བརྩ་ཉེ་རུ་ཀུ་མུ་པལ། ཉེར་གཅིག་བཛོད། དོ་རྩེ་  
སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་རང་ལ་ཐེམ་པས་རང་གི་སྤྱོ་གསུམ་དང་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྤྱི་གསུང་  
ཐུགས་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་གྱུར། ཡོང་བྱུང་ཆེ་མཆོམས་འདིར་དག་པ་གསུམ་བཏོན་ན་ཤེགས། རང་གི་  
དབྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་གནས་རྣམས་སུ་རྩྱི་ལ་སོགས་པའི་ས་པོན་རྣམས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་  
ལས་རྣམ་སྤྱང་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་རྣམས་སུ་གྱུར་ཉེ་ཕྱང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྤྱི་མཆེད་རྣམས་  
ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་གྱུར། སྤྱང་འཁོར། སྤྱུ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱིགས་ཆོན་པ་བཞི་འོད་ཟེར་དང་  
བཅས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ཤར་ནག ། བྱང་ལྗང་། རུབ་དམར། སྤྱི་སེར་བའི་བསྐྱང་བའི་  
འཁོར་ལོ་ཆེན་པོས་ཆངས་པའི་འདིག་ཉེན་ནས་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་བྱུང་པར་  
གྱུར། སྤྱོ་མཆོམས་མ་བརྒྱད་གྱིས་བགེགས་རྣམས་བཟུང་ནས་ཁོན་པར་བརྟུག ། མགོ་ནས་རྒྱང་  
མཐིལ་གྱི་བར་དུ་ཕྱར་ཕྱས་བཏབ་པས། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ངོ་པོར་ངོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར།  
བགེགས་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱང་རིང་དུ་བསྐྱད་དེ་རུ་བ་རྒྱུམ་པོ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱོར་བས་འགོ་  
བ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བགེགས་དང་བྲལ་བར་གྱུར། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྩྱི་ལས་  
འོད་ཟེར་འཕྲོས། འོག་མིན་ནས་སྤྲ་མ་འཁོར་ལོ་སྤྱི་པའི་དབྱིལ་འཁོར་སྤྱན་དངས། གང་གི་  
ཕྱིན་གྱིས་བདེ་ཆེན་ཉིད། སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་འཆར་བ་གང་། སྤྲ་མ་རིན་ཆེན་ལྟ་བུའི་སྤྱི། དོ་རྩེ་

ཅན་ཞབས་པད་ལ་འདུད། ཉེ་རུ་ཀུང་པལ་དཔལ་པོ་ཆེ། ནམ་དག་དོ་རྗེའི་དབང་ཕྱག་  
 དང་། རྗེས་ཆགས་ཆགས་པ་ཆེ་ནམས་ཀྱི། དོ་རྗེ་པག་མོ་དེ་ལ་འདུད། ཡོ་ཤྱི་ཉེ་རུ་ཀུང་པལ་  
 རི་ལྷ་ར་ཨ་རྒྱུ་མཁུ་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ ཡོ་ཤྱི་ཉེ་རུ་ཀུང་པལ་ཨོ་ལྷ་རྒྱུ་ ཆོག་མཁུ་ཞིང་ནམས་རང་ལ་  
 ཐེམ་པས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་པར་གྱུར། རང་གི་སྤྱི་པོར་ཉེ་དཀར་པོ། མགྱིན་པར་རུ་དམར་པོ།  
 སྤྱིང་གར་ཀ་མཐེང་ཁ་སྟེ། སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་དེ་གསུམ་ཀྱི་དོན་མ་རྟོགས་པས་འཁོར་བར་  
 འབྱམས་པས་ན། བདག་གི་ཉེ་རུ་ཀུང་པལ་པོ་འཕང་མངོན་རུ་བྱས་ལ། གཟུང་འཛིན་བདེན་པས་  
 སྤྱིང་པའི་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱིས་ཡིན་ཚུལ་འདི་རྟོགས་པར་བྱའོ། ཡོ་སྤྱི་རྩ་མ་རྟོ། སྤྱིང་པ་  
 ཉིད་རུ་གྱུར། སྤྱིང་པའི་རང་ལས་སྟོན་ལམ་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྱགས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་རུ་གྱུར་པ་  
 ལས་སྤྱི་གསུམ་ཀྱི་ཆོག་མཁུ་འཕྲོས། ཁམས་གསུམ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ནམས་སྤྱིངས། སྤྱི་གསུམ་ཀྱི་  
 རོ་པོར་བྱས། སྤྱིང་འདུས་ཉེ་འབྲུ་གསུམ་ལ་ཐེམ་ཞིང་། དེ་གསུམ་ཡང་རིམ་གྱིས་རྒྱ་དཔེ་བར་རུ་  
 ཐེམ། ཡོ་ཤྱི་རྩ་མ་རྟོ། བ་རྒྱ་ཡང་མི་དམིགས་པའི་སྤྱིང་པར་གྱུར། སྤྱི་པ་འཆི་བ་ཆོས་སྤྱིའི་ལམ་  
 འཁྲེང་རོ། སྤྱིང་པའི་རང་ལས་རང་གི་སེམས་དེ་ཉིད་དཀར་ལ་དམར་པའི་ན་དཔེ་གཟུགས་ཀྱིས་  
 བམ་མཁུ་གནས་པར་གྱུར། བར་དོ་ཡོངས་སྤྱིའི་ལམ་འཁྲེང་རོ། དེ་ལྟར་རང་བཞིན་མི་དམིགས་  
 པའི་སྤྱིང་པའི་རང་ལས་འབྱུང་བཞི་རིམ་བཅེགས་སྤྱི་པོ་དང་བཅས་པའི་ལྟེ་བར་པོ་ལས་སྤྱི་  
 ཆོག་མཁུ་པར། དཔེ་ལྟེ་བར་རྒྱུ་ལས་སྤྱི་ཆོག་མཁུ་དོ་རྗེ། དཔེ་ལྟེ་བར་སྤྱི་ཡང་པོ་ལས་སྤྱི་ཆོག་མཁུ་  
 པར། དཔེ་དབྱས་སྤྱི་དབྱངས་གསལ་ལས་སྤྱི་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉེ། རང་རྒྱ་དས་སྤྱི་བ་མཐོང་བ་  
 བ་དཔེ་དབྱས་སྤྱི་སྤྱི་བ་སྤྱིངས་ལ། སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱའོ་སྤྱི་པའི་འཕེན་པས་སྤྱི་བའི་དབྱས་  
 སྤྱི་ཞུགས། དེར་ཞུགས་པས་རྒྱུ་ཡིག་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱུབ་སྟེ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
 འཕྲོ་བ་ནམས་སྤྱི་བྱས་ཉེ་རྒྱུ་ཡིག་ལ་ཐེམ། དེ་ཡོངས་སྤྱི་གྱུར་པ་ལས་རྟོན་དང་བརྟོན་པའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པར་གྱུར། སྤྱི་བ་སྤྱི་ལས་སྤྱིའི་ལམ་འཁྲེང་རོ། དེ་

ཡང་གཞལ་ཡས་ཁང་གྲུ་བཞི་ལྗོ་བཞི་རྒྱན་ཏེ་བབ་དང་བཅས་པ་མཆན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པའི་ནང་དུ་ཅིབས་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་སྐྱའི་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ། དེའི་ལྷེ་བར་གསུང་  
གི་འཁོར་ལོ་དམར་པོ། དེའི་ལྷེ་བར་ཐུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྔན་པོ། དེའི་ལྷེ་བར་བདེ་ཆེན་གྱི་  
འཁོར་ལོ་སྙེ་ཆོགས་པར་སྟེ། དེའི་དབུས་སུ་རང་ཉིད་ཉི་ཅུ་ཀའི་སྔན་པོ་ཞལ་བཞི་ཕྱག་བཅུ་  
གཉིས་པ་ཡུམ་རྩོམ་མག་མོ་ལ་འཁྱུད་པ། ཕྱོགས་ཀྱི་འདབ་མ་བཞི་ལ་ཤར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མ་  
ནག་མོ། བྱང་དུ་ལྷ་མ་ལྗང་ལ། ལུབ་དུ་ཁར་རོ་ཉི་དམར་མོ། ལྷོར་གཟུགས་ཅན་མ་སེར་མོ།  
མཆན་གྱི་འདབ་མ་བཞི་ལ་ཐོད་པ་བཞི་སྟེ། བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ལོ། ཐུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་  
ཤར་ཅིབས་སྐྱའི་ར་མ་ལ་ཡང་ཁར་ཀ་སྤྲ་ལ་དང་རབ་གཏུམ་མ། བྱང་ཅིབས་རྩ་ལྗང་རར་མཐུ་  
ཀླུ་ལ་དང་གཏུམ་མིག་མ། ལུབ་ཅིབས་ཨོ་རྩེ་ཡ་ནར་ཀླུ་ལ་དང་འོད་ལྷན་མ། ལྷོ་ཅིབས་ཨ་རྩུ་  
ཏར་མཆེ་བ་རྣམ་པར་གཅིགས་དང་སྙེ་ཆེན་མ། ཤར་ལྷོ་གྲོ་དུ་བ་རིར་སུ་ར་བེ་རི་ཏ་དང་དབའ་  
བོའི་སྔོ་ཅན་མ། ལྷོ་ལུབ་ར་མེ་ཤ་རིར་འོད་དཔག་མེད་དང་ཁར་རི། ལུབ་བྱང་དེ་མི་ཀོ་ཉིར་རྩོ་  
རྩེའི་འོད་དང་ལྗང་འོད་དབང་ཕྱག་མ། བྱང་ཤར་སྤྲ་ལ་བར་རྩོམ་སྐྱུ་དང་ཤིང་གི་བ་མ་སྟེ། ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་སྐྱུ་མདོག་སྔན་པོ་མཁའ་ལ་སྐྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས་པའོ། གསུང་གི་འཁོར་ལོའི་  
ཤར་ཅིབས་ཀྱི་མ་རྩུ་པར་སྐྱུ་གྲུ་ཅན་དང་ས་སྐྱང་མ། བྱང་ཅིབས་ཨོ་ཉིར་རྩོམ་པ་ཅན་དང་  
འདིགས་བྱེད་ཆེན་མོ། ལུབ་ཅིབས་ཉི་ཤ་ཀྱུ་ནེར་དབའ་བོ་ཆེན་པོ་དང་རྒྱུད་གི་ཤུགས་ཅན་མ།  
ལྷོ་ཅིབས་ཀོ་ས་ལར་རྩོམ་རྩུ་མཛད་དང་ཆང་འཐུང་མ། ཤར་ལྷོ་ཀ་ལི་རྒྱར་རབ་དུ་བཟང་པོ་དང་།  
སྔོ་སངས་ལྷ་མོ། ལྷོ་ལུབ་ལར་པ་ཀར་རྩོམ་པ་ཅན་དང་ཤིན་ཏུ་བཟང་མོ། ལུབ་བྱང་ཀའི་  
འདིགས་བྱེད་ཆེན་པོ་དང་ཏུ་རྣ་མ། བྱང་ཤར་ཉི་སྤྲ་ལ་ཡང་མིག་མི་བཟང་དང་བྲག་དོང་མ་སྟེ།  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་ས་ལ་སྐྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས་པའོ། སྐྱའི་འཁོར་ལོའི་  
ཤར་ཅིབས་མེ་ཏ་ལུ་རིར་སྔོ་བས་པོ་ཆེ་དང་འཁོར་ལོའི་ཤུགས་ཅན་མ། བྱང་ཅིབས་གི་ཏ་དེ་བ་ཏར་

རིན་ཆེན་དོ་རྩལ་སྤྲེལ་མ། ལུ་ཅི་བས་སོ་རྒྱུ་རྩ་མ་གྱིན་དང་ཆང་འཛོང་མ། ལྷོ་ཅི་བས་  
 སུ་མཆོད་ཀྱི་བར་ནས་མཁའ་སྤྱོད་པོ་དང་འཁོར་ལོ་ལོ་མོ་ཆ་མ། འཁར་ལྷོ་རྒྱ་ག་རར་དཔལ་ཉེ་བྱ་གེ་  
 དང་འཁོར་བྱ་དཔལ་ལོ། ལྷོ་ལུ་བ་སིན་རྒྱུར་བརྒྱ་གར་གྱི་དབང་ལྷུག་དང་སྟོབས་ཆེན་མ། ལུ་བ་བྱང་  
 མ་རུར་ནས་པར་སྤང་མཛད་དང་འཁོར་ལོ་ས་བསྐྱར་མ། བྱང་འཁར་ཁྱ་ལུ་ཉར་དོ་རྩལ་སེམས་དཔལ་  
 དང་བཙོན་འགྲུས་ཆེན་མོ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ས་ལོག་ན་སྟོང་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་བཞུགས་པའོ། འཁར་སྟོར་ཁྱ་གདོང་མ་དམར་མོ། བྱང་སྟོར་ལུག་གདོང་མ་ལྗང་ཁ། ལུ་བ་  
 སྟོར་གྱི་གདོང་མ་དམར་མོ། ལྷོ་སྟོར་པག་གདོང་མ་སེར་མོ། འཁར་སྟོར་ག་འཁོར་རྩེ་བརྟན་མ། ལྷོ་  
 ལུ་བ་ལུ་ག་འཁོར་རྩེ་པོ་ཉ་མོ། ལུ་བ་བྱང་བྱ་ག་འཁོར་རྩེ་མཆེ་བ་མ། བྱང་འཁར་བྱ་ག་འཁོར་རྩེ་འཛོམས་མ་  
 སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་རོའི་གདན་ལ་གཡས་བརྒྱུད་གི་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས་པའོ། དཔལ་ལོ་ཐམས་  
 ཅད་ཞལ་གཅིག་བྱག་གཉིས། དཔལ་ལོ་ཐམས་ཅད་ཞལ་གཅིག་བྱག་བཞི་བ་སྟེ། སྟོ་མཆོམས་མ་  
 བརྒྱད་དང་། སྟོང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་མ་བཞི་ཡང་རོ། ། རང་ཡལ་ལུ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པས་  
 ལྷན་སྤྲེལ་གྱི་དགའ་བ་སྤྲེལ། སྤྲེལ་བ་དེ་ལས་ལྷོག་ཆས་བྱེ་བའི་བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་ལྷ་སོ་  
 བདུན་གྱི་སྐྱར་ཀྱུར། ལུས་བསྐྱེད། ཀྱང་བ་གཞུང་དབྱིབས་ལས་རྒྱུད་དབྱིལ་གཞུང་དབྱིབས་ཅན།  
 ལུས་མདོ་བྱ་གསུམ་ལས་མེ་དབྱིལ་བྱ་གསུམ། ལྷོ་བ་རྒྱུམ་པོ་ལས་རྒྱུད་དབྱིལ་རྒྱུམ་པོ། སྟོང་ག་  
 བྱ་བཞི་ལས་ས་དབྱིལ་བྱ་བཞི། ཀལ་ཆོགས་ལས་རི་རབ། སྤྱི་པོར་རྩ་སོ་གཉིས་ལས་བད་  
 འདབ་སོ་གཉིས། ལུས་འདོམ་གང་བྱ་བཞི་ལས་གཞལ་ཡས་ཁང་བྱ་བཞི། ཀྱང་བརྒྱད་ལས་ཀ་  
 བ་བརྒྱད་དེ། མདོར་ན་ལུས་ཀྱི་ཕྱིའི་ཆ་སོ་སོའི་ཕྱིའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ཆ་སོ་སོར་ཀྱུར། ཉང་  
 གི་སྟོང་གའི་དབྱིད་ལས་ཉེ་བྱ་གེ་ལྷོ་བའི་ཐིག་ལེ་ལས་དོ་རྩལ་པག་མོ་སྟེ། དེ་གཉིས་སྟོང་གར་  
 བད་ནས་སྟོམས་པར་འཇུག་བཞིན་པས་བཞུགས་པའོ། སྟོང་གའི་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱུང་བཞིའི་  
 རྒྱུད་རྒྱུ་བའི་རྩ་འདབ་བཞི་ལས་སྟོང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་མ་བཞི་དང་། མཆོམས་བཞིར་མཆོད་པ་

བཞིའི་རྒྱུ་རྒྱ་བའི་ཅ་འདབ་བཞི་ལས་བདུད་ཅིས་གང་བའི་ཐོད་པ་བཞི་སྟེ། བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་  
ལོའོ། སྤྱི་བོ་ལ་སོགས་པའི་གནས་ཉེར་བཞིར་སྤྱི་ལ་སོགས་པའི་ས་བོན་ཉེར་བཞི་ཡོངས་སུ་  
གྲུར་པ་ལས་ཅིབས་ཁོང་སྟོང་ཅིབས་ཕྱན་གྱི་ནམ་པ་དང་ལྷན་པའི་འཁོར་ལོ་ཉེར་བཞིར་གྲུར་པ་  
སྟེ། བྱིའི་ཡུལ་ཉེར་བཞི་དངོས་སོ། དེ་ཡང་སྐྱ་མཆམས་སུ་སྤྱི་ར་མ། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་ལྟོ་ར། ར་  
གཡས་ཨོཾ་ཡ་ན། ལྷག་པ་ཨཱ་ཏ། ར་གཡོན་གྱི་དྲ་བ་དེ། སྤྱི་མཆམས་ར་མེ་ཤ་དེ། མིག་  
གཉིས་དེ་མེ་ཀོ་འི། དྲག་གཉིས་མ་ལ་མ་སྟེ། སྤྱགས་གྱི་འཁོར་ལོའོ། མཆན་ཁུང་ཀླ་མ་རྩ་བ།  
རྩ་མ་ཨོ་འི། ལྷེ་བ་འི་ཤ་ཀུ་ལེ། སྤ་ཅེ་ཀོ་ས་ལ། ཁ་ཀ་ལི་རྒྱ། མཁྱིན་པ་ལི་བ་ཀ། །སྤྱིང་ཀཱི་ར།  
འབྲས་བུ་ཉི་མ་ལ་སྟེ། གསུང་གི་འཁོར་ལོའོ། མཆན་ཐེ་ཏ་བུ་དེ། བཤང་ལམ་གྱི་ཏ་དེ་བ་ཏ།  
བརྒྱ་གཉིས་སྟོ་རྒྱ། འིན་པ་སུ་མཆ་དྲི་བ། སོར་མོ་རྒྱ་ག་ར། བོལ་གོང་སིན་རྩ་ར། མཐེ་བོང་མ་  
ར། བུས་མོ་ཀུ་ལུ་དྲ་སྟེ། སྤྱིའི་འཁོར་ལོའོ། དེ་ལྟར་ཡུལ་ཉེར་བཞིར་གནས་པའི་ཅ་ཉེར་བཞི་  
ཡོངས་སུ་གྲུར་པ་ལས་དབང་མེ་ཉེར་བཞི། ཁམས་ཉེར་བཞི་ཡོངས་སུ་གྲུར་པ་ལས་དབང་མོ་  
ཉེར་བཞི། ཁ་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་བརྒྱད་གྱི་ཅ་ཡོངས་སུ་གྲུར་པ་ལས་སྟོ་མཆམས་མ་བརྒྱད་དུ་  
གྲུར་པའོ། རྗེ་རྗེ་སེམས་དབང་དང་རྗེ་རྗེ་པག་མོ་ལ་སོགས་པས་རང་ཡབ་ཡུམ་གྱི་ལུས་ལ་གོ་  
ཆའི་ཚུལ་གྱིས་འཁོད་པར་གྱུར། མོ། རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྱི་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། བསྐྱོམ་པ་  
དང་འབྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྱན་བྲངས། རེ་རྩྱི་བོ་ཏོ། གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།  
སྤར་ཡང་སྤྱགས་ཀའི་རྩྱི་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་ནམས་སྤྱན་བྲངས། ཨོ་སམ་ཏ་སྤ་  
ག་ཏ་ཨ་རྟེ་ཤི་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤེ་ཡེ་རྩྱི། ཞེས་དབང་བསྐྱར་བས་ལུས་གང་ཤི་མ་དག །ཆའི་ལྷག་  
མ་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གྲུར་པ་ལས་ལྷ་སོ་སོར་རིགས་སོ་སོས་དབུ་བརྒྱན་པར་  
གྱུར། དེ་ལྟར་བུམ་པའི་ཆུ་རྒྱན་གྱིས་དབང་བསྐྱར། གཙོ་བོ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་གསང་རྣམས་བྲངས།  
ཤེས་རབ་མ་གཏད་པ་དང་སྟོམས་པར་ཞུགས། ཟུང་འཇུག་གི་དོན་ལ་ཆོག་གིས་ངོ་སྟོན་པས།





[illegible]

དེ་ལྟར་བདེ་མཆོག་གི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བཟུས་རན་པ་རིག་འཛིན་དགའ་སྟོན་ཞེས་བྲ་བ་འདི་  
བཞེན་གཙོ་ཆེར་རང་དང་རང་མཉམ་གྱི་སྟོན་མན་པ་ནམས་ལ་པན་ཕྱིར་འདྲུག་སྐུམ་པ་རྒྱ་དབང་ཕྱན་ཆོག་ས་  
ནས་ཕྱོགས་བཞི་གས་བཞིས་པའོ།། ། དགེ་ལེགས་འཕེལ།

# འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱུ་བསྐྱུས་རན་པ་རིག་འཛིན་དགའ་སྟོན་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། ཁྱབ་བདག་འཇམ་དཔལ་རྩེ་རྩེ་གཤེན་རྩེ་ལེ་གཤེད།། ཟུང་འབྲུག་གོ་འཕང་  
མངོན་གྱུར་ལྷ་མི་ཏ།། ལ་སོགས་དངོས་བརྒྱད་སྒྲ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ།། གསོལ་བ་འདེབས་  
སོ་དངོས་བྱུང་རྣམ་གཉིས་སྟོལ།། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་དཔལ་རྩེ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཞལ་  
གཅིག་ཐུག་གཉིས་ཀྱིས་གི་གྲུག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྐྱུར་བཞེངས་པར་  
གྱུར། འོ་སྤྲི་ལྷི་མེ་གི་བྱ་ན་ལྟོ་པར། འོ་སྤྲི་མ་པུ་རྩེ་སྤྲི་མ་པུ་རྩེ་སྤྲི་མ་པུ་རྩེ་ལྟོ་སྤྲི་མ་  
ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་རང་ལས་ཡི་ལས་རྒྱུད། རི་ལས་མེ། ལྷུང་ལས་མི་མགོ་འཛིན་བྱུང་གསུམ་  
ཀྱི་སྟོང་དུ་ལྷུང་ལས་ཐོད་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་དུ་ཤ་ལྷ་བདུད་ཅི་ལྷ་རྣམས་སྐྱུངས་ཏོག་  
སྐྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་རྒྱ་མཚོར་གྱུར། འོ་ལྷུང་ལྟོ། ལན་གསུམ། འོ་སྤྲི་ལྷི་མེ་པར། འོ་  
སྤྲི་ལྷི་མེ་ལྟོ། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་རང་ལས་ལྷུང་ལས་ཐོད་པའི་སྟོང་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་  
ལྟོ་ལས་མཚོད་རྩལ་རྣམས་ཁྱད་པར་གསུམ་ལྷན་ཀྱི་རོ་པོར་གྱུར། འོ་ཨ་རྒྱུ་ལྷུང་ལྟོ། འོ་སྤྲི་  
ལྷི་མེ་ལྟོ། འོ་གཞེ་ལྷུང་ལྟོ། འོ་སྤྲི་ལྷི་མེ་ལྟོ། འོ་རྒྱ་ལོ་གེ་ལྷུང་ལྟོ། འོ་ལྷི་མེ་ལྷུང་ལྟོ།  
འོ་ཤུག་ལྷུང་ལྟོ། སྟོན་འཕྲེ་གཏོར་མ་ནང་མཚོད་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱུར་བའི་ཉེ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ལྟོ་  
ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཐུགས་སྐྱོང་འཁོར་བཅས་སྐྱུན་བངས། འོ་དཔལ་དེག་ལོ་གེ་ལྷ་ལ་ས་རི་  
མ་ར་ཨ་རྒྱུ་ལྷུང་ལྟོ་ལྟོ་སྤྲི་ལྷི་མེ་སྤྲི་ལྷི་མེ་ལྟོ། འོ་དཔལ་ལྟོ་ལྟོ་ལྷུང་ལྟོ། ཐུགས་སྐྱོང་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་  
ཀྱིས་བདག་གི་དགོ་བའི་བྱ་བ་རྣམས་མཐར་བྱིན་པ་དང་། དེའི་བར་ཆད་ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་  
མཛོད་ཅིག །འོ་བཟོ་སྤྲི་ལྷི་མེ་སྐྱོང་འཁོར་བཅས་རང་གནས་སུ་གཤེགས་པར་གྱུར། བདག་

བསྐྱེད་མཆོད་པ་སྒྲར་སྒྲར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འཁོ། །འཁོ་ལ་པན་  
 བྱིར་སངས་རྒྱས་ཤོག། །ལན་གསུམ། རང་གི་སྤྱི་པོར་རྩི་རྩི་སེམས་དཔའི་སྤྱི་ལས་བདུད་ཅིའི་  
 རྒྱན་བབས་པས་ནད་གདོན་སྤིག་སྤིག་ཐམས་ཅད་དག་པར་གྱུར། འོ་ལ་སྤྲུག་ཀ་ས་མ་ཡ། མ་  
 ལུ་སྤ་ལ་ཡ། ལ་སྤྲུག་ཀ་ཏེ་ལོ་པ་ཏི་ལ། ཏི་ལོ་མེ་ལྷ་ལ། ལྷ་པོ་ཏེ་མེ་ལྷ་ལ། ལྷ་ཏོ་ཏེ་མེ་ལྷ་ལ། ལ་  
 ལུ་ར་ཏོ་མེ་ལྷ་ལ། སའ་སི་རྩི་སྤེ་པ་ལ་ཆོ། སའ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅོ་རྩི་སྤེ་ཡི་ཀུ་རུ་རྩི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་  
 ཏོ་ལྷ་ག་ལན། ལ་སྤྲུག་ཀ་མ་མེ་སྤྲུ། ལ་སྤྲུག་ཀ་སྤྲུ་བ། མཏུ་ས་མ་ཡ་སཏུ་ལྷ་རྩི་པར། ཡིག་  
 བརྒྱ་ཉེར་གཅིག །རྩི་རྩི་སེམས་དཔའ་ལ་པ་ཡུམ་རང་ལ་ཐེམ་པས་རང་གི་སྤོ་གསུམ་དང་རྩི་རྩི་  
 སེམས་དཔའི་སྤྱི་གསུང་ཐུགས་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་གྱུར། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྩི་ལས་འོད་ཟེར་  
 འཁོས། རྩི་རྩི་འཛིགས་བྱེད་སྤྲུ་མ་དང་བཅས་པ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྤྱན་དངས། གང་གི་ཤིན་  
 གྱིས་བདེ་ཆེན་གནས།། སྒྲ་ཅིག་གིས་འི་ཐོབ་གྱུར་པ།། སྤྲུ་མ་རིན་ཆེན་ལྷ་བྱའི་སྤྱི།། རྩི་རྩི་  
 ཅན་ཞབས་པད་ལ་འདུད།། གཞུགས་མཆོག་མཆོག་ཏུ་དག་པོ་ཆེ།། དཔའ་པོ་མཆོག་གི་སྤྱི་དང་  
 ཡུལ་ཅན།། གཏུལ་དཀར་འདུལ་བའི་དོན་མཛད་པ།། རྩི་རྩི་འཛིགས་བྱེད་ལ་ཐུག་འཆོལ།། འོ་  
 ལྷ་ཀུ་རུ་ལ་སྤྲུག་ཀ་ས་པ་རི་སྤྲ་ར་ལ་སྤྲུ་པ་ཏི་རྩི་རྩི་སྤྲུ། འོ་སྤ་སྤ་ལ་མ་མ་ཏི། འོ་སྤྲུ་  
 ཏུའ་མ་ཏི་ཏི། རང་དང་ཆོགས་ཞིང་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྤྱིང་  
 པའི་རང་ལས་རྩི་ལས་རྩི་རྩི་སེམས་གཞི། རུ་བ། གྱུར། སྤྱི་ལྷེ། མེ་རི་དང་བཅས་པས་ཡོངས་སུ་  
 བསྐྱོར་བའི་དབྱས་སུ་རྩི་ལས་བཀའི་འཁོར་ལོ་སེར་པོའི་ལྷེ་བར་རྩི་ལས་རང་ཉིད་གཞོད་མཛེས་  
 ཡལ་ཡུམ་དུ་གྱུར་པ་སྤྱིམས་པར་ཞུགས། ཁོ་པོ་བཅུ་བཅུ་གསུམ་ཡུམ་གྱི་བསྐྱེད་ཞུ་བའི་ཐེག་ལེ་  
 བཅུ་ལས་རྩི་རིང་པོ་བཅུ་དང་དེ་ལས་ཁོ་པོ་བཅུ་གྱུར་པ་རྩི་བསྐྱེད་སྤྱིམས་སྤྱིམས་ཏེ་ཅིབས་སོ་སོར་  
 གཏུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆར་གཅོད་པའི་རྩི་ལྷེ་གྱིས་འཁོར་པར་གྱུར། རང་ཉིད་གཞོད་མཛེས་  
 སུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་རྩི་རྩི་སེམས་དཔའ་ལ་པ་ཡུམ་སྤྱི་མཛོག་དཀར་པོ། དེ་

ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་ཆོས་འབྱུང་དཀར་པོ་གྲགས་པའི་ནང་དུ་པོ་ལས་སྣ་ཆོག་གས་བསྒྲ།  
 དེའི་ཉེ་བར་རྩྱུ་ལས་སྣ་ཆོག་གས་རྩོམ་ཤིང་། དེའི་ཉེ་བར་རྩྱུ་ལས་འཁོར་ལོ་རྩྱུ་གྲིས་མཆན་བ་ལས་  
 རྣམ་སྣང་དཀར་པོ། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་གཞལ་ཡས་ཁང་གྲུ་བཞི་སྟོ་བཞི་ལ་སོགས་བ་  
 མཆན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བ་གདན་དང་བཅས་བར་གྱུར། གདན་དབུས་མའི་  
 རྩེད་དུ་ལྷུ་ལས་སྒྲ་བའི་དགྲིལ་འཁོར། དེའི་དབུས་སུ་རྩྱུ་ལས་རལ་གྱི་རྩྱུ་ལས་མཆན་བ་ལས་  
 འོད་ཟེར་འཕྲོས། བདེ་བར་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱན་དངས། ཐེམ་བ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་  
 རང་ཉིད་རྒྱ་རྩོམ་འཛིན་བ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཀུར་གྱུར་བ། དེའི་ཐུགས་ཀར་ལྷུ་ལས་ཉི་མའི་  
 དགྲིལ་འཁོར་ཉ། དེའི་འོད་གྲིས་རྣམ་སྣང་ལ་སོགས་བ་སྤྱན་དངས། འཇམ་དཔལ་དང་བཅས་བ་  
 ཉི་མ་ལ་ཞུགས་བས་འོད་ཟེར་གྲིས་དཔག་ཆད་སྟོང་ཐུག་བརྒྱུར་བའི་ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་  
 དུ་གྱུར། དེའི་རྩེད་དུ་རྩྱུ་ཡིག་མཐིང་ག་འོད་ཟེར་ལྷ་དང་ལྷན་བ་ལས་ཁོ་བོ་རྩོམ་ཤིང་ཁ་དོག་ནག་པོ་  
 ཉེ་བ་ལ་རྩྱུ་གིས་མཆན་བ། དེ་ལས་རྩོམ་ཤིང་སྤྱོད་པའི་གཞུགས་སྟོས། སེམས་ཅན་རྣམས་སྟོན་བར་  
 བྱས། ཚུར་འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་རང་ཉིད་འབྲས་བུ་རྩོམ་ཤིང་འཛིན་བ་དཔལ་འཛིགས་བྱེད་  
 ཆེན་པོ་སྤྱོད་པའི་མཐིང་ནག་ཞལ་དགྲུ་ཐུག་སོ་བཞི་ཞབས་བཅུ་དུག་བ་གཡས་བསྐྱམས་ཤིང་  
 གཡོན་བརྒྱུདས་པའི་སྟབས་གྲིས་བཞུགས་བ་ཡུམ་རྩོམ་ཤིང་རོ་ལངས་མ་སྟོན་པོ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་  
 གཉིས་གྱི་གྲུག་དང་ཐོད་བ་འཛིན་བས་འཁྱུད་པའི་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་འཇམ་  
 དཔལ་གཞོན་ཀུར་གྱུར་བ། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཉིང་འཛིན་སེམས་དཔལ་འཛིན་ཡིག་མཐིང་ག་འོད་  
 ཟེར་ལྷ་འཕྲོས། ཨོ་སྐྱ་ཉ་སྤྱ་ག་ཏུ་ཨ་ཀུ་ར་ག་ཏུ་བཟོ་སྤྱ་སྤྱ་མ་ལྷ་སྤྱ་ཀོལ་ཉ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་  
 རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྤྱན་དངས་ནས་ཞལ་དུ་ཞུགས། རྩོམ་ཤིང་ལས་  
 རྣམ་ཡུམ་གྱི་བསྐྱར་བའི་ཐེག་ལེ་ལས་ཉེན་དང་བཉེན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་བར་གྱུར་བ་ནི། དབུས་གྱི་གདན་ལ་རང་ཉིད་དཔལ་རྩོམ་ཤིང་འཛིགས་བྱེད་ཡབ་

ཡུམ་སྐྱ་མདོག་མཐེང་ནག་ཤར་དུ་གཏི་ཐུག་གཤེན་རྩེ་གཤེད་དཀར་པོ། ལྟོར་སེར་སྐྱ་གཤེན་རྩེ་  
གཤེད་སེར་པོ། ལུབ་ཏུ་འདོད་ཆགས་གཤེན་རྩེ་གཤེད་དམར་པོ། བྱང་དུ་ཐག་དོག་གཤེན་རྩེ་  
གཤེད་ལྗང་ཁྲ། ཤར་སྟོར་ཐོ་བ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་སྟོན་པོ། ལྟོ་སྟོར་དབྱུག་པ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་  
དཀར་པོ། ལུབ་སྟོར་བརྒྱ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་དམར་པོ། བྱང་སྟོར་རལ་གྱི་གཤེན་རྩེ་གཤེད་  
ལྗང་ཁྲ་སྟེ། ཡབ་བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དུག་པ་རང་འདྲའི་ཡུམ་ལ་འཁྱུད་  
བཤོ། རང་གི་ཤར་སྟོར་ཅ་ཅི་ཀ་དཀར་པོ། ལྟོ་ལུབ་ཏུ་བག་མོ་སྟོན་པོ། ལུབ་བྱང་དུ་དབྱངས་  
ཅན་མ་དམར་པོ། བྱང་ཤར་དུ་གྲོ་རྩེ་ལྗང་ཁྲ་སྟེ། ཡུམ་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་  
དུག་མ་རང་འདྲའི་ཡབ་ལ་འཁྱུད་བཤོ། བྱའི་གྲ་བཞིར་ཏ་ཡོ་ནི་རའི་ཡི་གེ་བཞི་ལས་མའི་ཐོད་  
བ་བདུད་ཅིས་གང་བ་བཞིར་གྱུར། ཨོ་རྩི་རྩི་མི་གི་རྒྱ་ན་རྩྱུ་པལ། རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་  
འཁོར་རྣམས་བསྐྱལ། དཔག་ཏུ་མེད་པར་གྱུར། ཡུམ་གྱི་བ་སྐྱའི་སྟོ་ནས་བྱིར་འཕྲོས། བྱོགས་  
བརྩུར་གཤེགས། སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་ཞེ་སྒང་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་སྟོན་རྣམས་སྦྱངས། ཆོས་  
གྱི་དབྱིངས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད། རང་རང་གི་སྐྱལ་བ་རྣམས་གཅིག་  
ཏུ་འདུས། སྒར་བྱོན་ནས་གཙུག་པོ་ཡབ་ཡུམ་རང་ལ་ཐེམ་ཞིང་། འཁོར་གྱི་སྐྱ་བརྩ་གཉིས་ཐོད་  
བ་དང་བཅས་བ་སྒར་གྱི་གདན་སོ་སོར་འཁོད། གཞལ་ཡས་ཁང་དམ་ཆོག་གི་གཞལ་ཡས་  
ཁང་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར། གཙུག་པོར་ཐམས་ཅད་གྱི་མིག་གཉིས་སུ་མྱོ། རྩ་བ་གཉིས་སུ་མྱོ། སྒར་  
ཁྱི་ལྷུང་རྩ། དབྱལ་བར་གྱི་ཤེ་བར་སྤོ། སྤྱི་བོར་ཨོ། མགྱིན་པར་ལྷུང་སྐྱགས་ཀར་རྩྱུ་སྟེ། དེ་  
རྣམས་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་རྩེ་རྩེ་མིག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་རྣམས་སུ་གྱུར། རང་གི་སྐྱགས་ཀའི་  
རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། བསྟོམ་པ་དང་འདྲ་བའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱུན་བྱངས།  
རྩྱུ་ལྷུང་བུ་རྩོ། གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། སྒར་ཡང་སྐྱགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་  
སྐྱ་རྣམས་སྐྱུན་བྱངས། ཨོ་སྐྱ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་རྩེ་ཤེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་སྤྱི་ཡེ་རྩྱུ། ཞེས་དབང་བསྐྱུར་





དམིགས་པའི་སྟོང་པར་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་སྐད་ཅིག་གིས་དཔལ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཞལ་  
གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གྱི་གྲུག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྐྱར་བཞེངས་པར་གྱུར།  
ནམ་དག་བསམ་མ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བདེ་ལྷག་འགོད་པར་ཤོག ། ཅ་བརྒྱད་སྒྲ་མ་མ་ཤིས་ཤོག །

དེ་ལྟར་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱེད་རན་པ་རིག་འཛིན་དག་འཕྲོན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
བཞིན་གཙོ་ཆེར་རང་དང་རང་མཉམ་གྱི་སྟོ་དཔན་པ་ནམས་ལ་པན་བྱིར་འདུ་གསུམ་པ་དག་དབང་ཕྱན་ཆོགས་  
ནས་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་བགྱིས་པའོ། དགེ་ལེགས་འཕེལ།

## བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་དང་བཀའ་ སྤང་ཁག་གི་སྤྱི་གཏོར་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་བཞུགས་སོ།

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྒྲ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་། ། གང་གི་གནས་གསུམ་དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་  
དངོས། ། བཙུག་ཕྱན་གསང་བདེ་འཛིགས་མཛད་དོ་རྩེ་བཞུགས། ། ཐུགས་ཀར་རང་རང་སྤྲུགས་  
གིས་བསྐྱོར་བར་གྱུར། ། ཨྱི་ཨྱུལ་བཟླ་རྒྱུ་རྒྱུའི་ཨྱི་རྒྱུའི་ཏ་ཏ་རྒྱུ་རྒྱུ་པལ། ཨྱི་ཡ་མཚན་ཀ་རྒྱུ་པལ།  
ཨྱི་ཨྱུའི་རྒྱུ།

རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལྟ་ཏུ་གསལ་བའི་ངང་། ། མཆོད་གཏོར་འབྲུ་གསུམ་སྤྲུགས་གིས་  
སྤངས་ཉོགས་སྤང། ། ཐུགས་ཀའི་རྒྱུ་ལས་འོད་འཕྲོས་སྤང་མའི་ཆོགས། ། སྤྱན་བྲངས་ཐོགས་  
པ་མེད་པར་གནས་འདིར་གཤེགས། ། སྤྱན་ཆད་མ་རིག་དབང་གིས་འོངས་པ་ཀུན། ། བཤགས་  
ཤིང་བྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པའི་སྤྱན། ། འབྲུལ་གྱི་རོལ་ལ་ནལ་འབྱོར་བདག་ཅག་གི། ། འགལ་  
རྒྱུན་ཀུན་སེལ་མཐུན་རྒྱུན་མ་ལུས་སྤྲུབས། ། ཨྱི་བཟླ་ཐུལ་ཆས་སྟོང་འཁོར་བཅས་རང་གནས་  
སྤྲུག་ཤེགས་པར་གྱུར། ། ། ཅེས་པ་འདི་ཡང་ལམ་མིང་པས་བྲིས་པའོ། །

## གསང་སྤྲུག་སྒྲོང་གི་རིམ་པ་ནམས་སྤྱོད་གས་གཅིག་དུ་ བསྐྱེད་པ་བཞུགས་སོ།།

༥ རྩེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོའི་རྩེས་གནང་བྱ་ཚུལ། བ་མོ་གྲུ་རྩ། འཇམ་དཀར་གི་རྩེས་གནང་བྱ་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་ས་སེམས་དང་ཆོག་མཁན་ཞིང་བསྐྱེད་ཆོག་སོགས་སྤྱི་ལྟར་ལ། བདག་བསྐྱེད་ནི་ཆོ་གའི་ཆོག་རིས་ལྟར་རོ།། དེ་ནས་མདུན་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ། རྒྱ་བརྒྱན་བསྐྱེད་ཆོག་ནི། བདག་བསྐྱེད་ལྟར་རོ།། འོན་ཏེ་རང་ཉིད་ཅེས་པ་དང་རང་གི་ཞེས་པ་འདོན་མི་དགོས། དེ་ནས་གཏོར་མ་ཕུལ་ལ་གསོལ་བ་གདལ། དེ་ནས་མེ་ཏོག་བཞེ་བསྐྱེད་སྐྱོབ་མ་གྲུ་འཁོད་པ་ལ། སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོས་བཤད་ལོ་རྒྱུས་དང་བཅས་པ་རི་འོས་སུ་བྱེད། དེ་ནས་རྩེས་གནང་གི་དོན་དུ་མཐུལ་འབྱུང་དུ་བཙུག་ནས། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུས་ཞེས་སོགས་གྱིས་གསོལ་བ་འདེབས་སུ་བཙུག། །བྱང་སྤྱོམ་བཟུང་། དངོས་གཞི་ལ། རྩེས་གནང་གི་གཞི་འདོད་པའི་སྤྱད་དུ་བྱེད་ནམས་ལྟར་བསྐྱེད་དགོས་པས་དམིགས་པ་འདི་བཞིན་དུ་མཛོད། རྒྱ་མའི་བྱུགས་ཀྱི་ཨ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། བྱེད་ནམས་རང་གི་ལུས་ལ་ཐོག་པས་འུ་རྩ་རོས་བཅས་དང་མི་ཞེས་པའི་སྤྱན་པ་སོགས་སྤྱངས་ནས་ལུས་འོད་ཀྱི་གོང་བྱར་གྱུར། ཨོ་སྤྱ་སྤྱ་ཕ་ནས། སྤྱོབ་མ་ནམས་རེ་རེ་ནས་སྤྱོང་བ་ཉིད་དུ་མ་བྱུགས་ཀར་རྩི་གིས་མཆན་པར་གྱུར་པའི་མོས་པ་མཛོད། དེ་ལྟར་གཞི་འགོད་པ་སོང་ནས་རྩེས་གནང་གི་གཞི་ལ། རྒྱ་གསུང་བྱུགས་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྩེས་གནང་བཞི་ཡོད་པ་ལས། ཐོག་མར་སྤྱིའི་རྩེས་གནང་གི་དོན་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་འདིའི་རྩེས་སྒྲོས་མཛོད། གང་ཆོ་བལྟ་བར་འདོད་པ་མཐོང་བར་ཤོག། །ལན་གསུམ། དེ་ནས་སྤྱོབ་དཔོན་གྱིས་འཇམ་དབྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་རང་གི་སྤྱི་ཐོར་བཞག་སྟེ། སྤྱིའི་

རྗེས་གནང་བྱིན་པའི་མོས་པ་མཛོད་ལ། སངས་རྒྱུ་ཀུན་གྱི་སྐྱེ་ཆེ་བ། སངས་རྒྱུ་ཀུན་གྱི་གསུང་ཡང་ཡིན། སངས་རྒྱུ་ཀུན་གྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་པས། འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱེ་ཐོབ་ཤོག །ངེ་མཆོས་བཛོད་པས། སྐྱེ་དེ་ལས་རང་འབྲེའི་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བྱོན་ནས་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་སྐྱེ་གཙུག་ནས་ཐེམ་པས་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་ལུས་དང་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པའི་མོས་པ་མཛོད། དེས་སྐྱེའི་རྗེས་གནང་ཐོབ་པས་གནས་སྐབས་སུ་ལུས་ལ་ནད་མེད་པ་དང་། མཐོང་བ་ཅིས་གཞན་དད་པ་སོགས་དང་། མཐར་ཐུག་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་དངོས་སུ་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་གསུང་གི་རྗེས་གནང་མཆོད་ལྷན་བྱིན་གྱི་མཆོད་བ་སྐྱེའ་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ། ད་དམིགས་པ་འདི་བཞིན་དུ་མཛོད། ལྷ་མ་འཇམ་དབྱངས་སུ་གསལ་བ་ལ་མོས་གུས་ཕྱགས་ཐག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། དེས་བྱིན་བྱས་ནས་ལྷ་མའི་ཕྱགས་ཀའི་ཕྱགས་འཁོར་ལས་རང་འབྲས་གཉིས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ཞལ་ནས་ཐོན་ཏེ་བྱིན་རྒྱལས་འཇམ་དབྱངས་སུ་གསལ་བའི་ཞལ་དུ་ཞུགས་ཏེ་སྦྱིང་གའི་ཕྱགས་འཁོར་ལ་ཐེམ། དེ་ལྟར་ཐེམ་པས་འཁོར་ལོ་གཡམས་བསྐྱོར་དུ་བྱག་ཏུ་འཁོར། དེ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་སོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས། ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་། མི་ཤེས་པའི་ཐུན་པ་ཐམས་ཅད་སངས་ཀྱིས་དག །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་རབ་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱས་སོ་སྐྱེམ་པའི་མོས་པ་དང་བཅས་འདིའི་རྗེས་སྐྱོས་མཛོད། ཨོ་ཕ་གྱེ་དྲི་ན་མཆོད་བརྒྱ་ཙུ་སོགས་བསྐྱེད། དེ་ནས། མེ་ཏོག །བཙུ་ལྷན་བདག་གིས་བཟུང་ལགས་ཀྱི། བདག་ལ་ཉེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། བཙུ་ལྷན་འདི་ལ་རྩལ་ལགས་ཀྱི། འདི་ལ་འགོ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་པ་འདི་མེ་ཏོག་འཐོར་བ་དང་བཅས་ལན་གསུམ་བཛོད་ནས། དང་པོས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། གཉིས་པས། བསྐྱེམ་བྱ་སྐྱེམ་བྱིན་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས། གསུམ་པས། བཏྱན་པར་བྱས་པར་མོས་ནས་འདིའི་རྗེས་སྐྱོས་མཛོད་བྱས་ལ། བཙུ་ལྷན་ཞེས་སོགས་ལན་

གསུམ་རྗེས་སྒྲོས་བགྱིད་དུ་བརྩལ་གོ། །དེས་གསུང་གི་རྗེས་གནང་ཐོབ་པས་གནས་སྐབས་སུ་  
 འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་ལ་མཁས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་ཅུ་ཐོབ་  
 པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།། གསུམ་པ་ཐུགས་ཀྱི་རྗེས་གནང་གི་དོན་དུ་མཁེས་  
 པས་སྤིང་ལ་མི་གནས་ཤིང་།། སྤྱིང་རྗེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི།། ལྷ་དན་འདས་དང་འཁོར་མི་  
 གནས།། འཇམ་དཔལ་ཐུགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།། ཞེས་ལན་གསུམ། བྱིད་རྣམས་ལྷས་  
 གནད་ཆོས་བདུན་དུ་བཅོས་ལ། དམིགས་པ་མཐད་ཀྱི་ནམ་མཁར་ཨ་དཀར་པོ་གཅིག་ཡོད་  
 པར་བསམས་ལ། དེ་ལ་སེམས་གཏད་དེ་ཨ་ཉེར་གཅིག་བརྗོད་དགོས་པས། འདིའི་རྗེས་སྒྲོས་  
 བརྗོད་བྱས་ལ། ཨ་ཉེར་གཅིག་བརྗོད་ཅིང་། མཐར་ཨ་དེ་ཡང་མེ་ལོང་ལ་ཏ་བཏབ་པ་བཞིན་དུ་  
 སྤྱིང་ཡལ་དུ་སོང་བས་ཆོས་ཉིད་བདེན་སྤྱིང་ལ་ཅུང་ཟད་མཉམ་པར་འཛིག་པར་བྱ། དེ་ནས་མེ་  
 ཏོག་སྤྱི་ཐོར་བཞག་སྟེ། བཏན་པར་མོས་ལ། འབྲུ་གསུམ་བརྗོད། དེས་ཐུགས་ཀྱི་རྗེས་གནང་  
 ཐོབ་པས་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲོ་ཆོས་སུ་འགོ་བ་སོགས་དང་། མཐར་ཐུག་རྣམ་མཐུང་བ་ཡིན་  
 ནོ།། བཞི་བ་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་རྗེས་སྒྲོས་མཛོད་བྱས་ལ། དུས་འདི་ནས་ནི་བཟུང་ནས་སུ། ཕྱི་  
 མ་བྱང་རྒྱུ་མ་ཐོབ་བར།། བཅོམ་ལྷན་འཇམ་དབྱངས་མགོན་གྱིས་ནི།། བདག་གི་སྒྲ་མ་མཛད་  
 དུ་གསོལ།། ཞེས་ལན་གསུམ། དེ་ནས་མཆན་བརྗོད་ལག་ཏུ་གཏད་དེ་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་  
 རྗེས་གནང་བྱིན་པའི་མོས་པ་མཛོད་བྱས་ལ། འདིར་འཇམ་དཔལ་གྱི་རྒྱུད་བཞུགས། བྱིད་རང་  
 ཡང་ཉམས་སུ་ལོངས། སེམས་ཅན་ལ་ཡང་ཕན་ཐོགས་པར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་པས་སྤྱིན་ལ། དེས་  
 ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྗེས་གནང་ཐོབ་པས་གནས་སྐབས་སུ་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་  
 ཤིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབྱུང་བ་དང་། མཐར་ཐུག་འཇམ་དཔལ་གྱི་འཕྲིན་ལས་འབྱུང་བ་  
 སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་བརྗོད། དེ་ནས་འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོས་སོགས་  
 དང་། དགེ་བ་འདི་ཡིས་སོགས་ཀྱིས་བསྟོ་སྟོན་བྱའོ། དེ་ནས་གཙོ་བོས་རི་ལྷར་སོགས་སོ།།

ཞེས་པ་འདི་ཡང་ས་འབྲུག་ཁློ་བ་ལྔ་པའི་ཆེས་དགའའི་ཕྱ་རྡོར་འབྲས་མར་གྱིས་བ་སྟེ།  
བྱེད་པ་པོ་ནི་ལམ་རིམ་པའོ།། །

༥ གསང་འདུས་འཇམ་དབལ་རྩོམ་གསལ་འདེབས། ན་མོ་གྲུ་དུ། རབ་འབྲས་ས་ཀླུ་པ་  
བ་ཀྱན་གྱི་ཡབ་གཅིག་ལུ། རྗེ་བཙུན་མཁེན་པའི་གཏེར་དང་དབྱེར་མེད་པའི། བཙུན་ལྷན་  
འཇམ་དབལ་རྩོམ་སྐྱོ་བཙུན་ལ། རྣམ་དག་དད་པའི་ཡིད་གྱིས་ཕྱག་འཆའ་ལོ། མགོན་པོ་འོད་  
དཔག་མེད་གྱི་མཆོད་གནས་སུ། ཡུན་རིང་བཞུགས་ནས་རིམ་གྱིས་ཅེ་ལྔ་སོགས། ཡུལ་གྲུ་དུ་  
མར་གདུལ་བྱའི་དོན་མཛད་ནས། ལི་ཡི་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། དེ་ནས་སྐྱོན་  
རས་གཟེགས་དབང་འབྲེལ་སྟོན་རྩོམ། སྐུལ་པའི་བྱེད་མཛོན་པར་གདན་དངས་ནས། རུ་སྐྱེད་  
དཔལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་འདིར། བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། དེ་ལྟར་  
དགྱེལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་གྱན་གྱི་གཙོ། བཙུན་ལྷན་འཇམ་དབལ་རྩོམ་སྐྱོ་ཆོགས་ལ། མཆོད་  
ཅིང་གུས་པས་གསལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། བཤེས་གཉེན་དམ་པས་མཉེས་བཞེན་རྗེས་  
བཟུང་ཤོག །རྟེན་དཀར་དོན་ཆེ་དཔ་པའི་རྟེན་བཟང་པོ། སྐུར་དུ་འཛིག་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་རྟེན་  
ནས། འདི་སྤང་ཆོས་བརྒྱད་གྱིས་པའི་རོལ་ཅིང་ལ། སྤྱིང་ཁོངས་རྩས་པའི་གཏིང་ནས་ཞེན་  
ལོག་ཤོག །ངན་སོང་གསུམ་ལ་འཛིགས་ཤིང་སྐྱག་པའི་ལློས། དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་དཀོན་མཆོག་  
ནམ་གསུམ་ལ། ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། སྤྱིག་སྤོང་དགེ་བ་བསྐྱབ་ལ་  
བཙོན་པར་ཤོག །འཁོར་བ་སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོ་ཆེན་པོ་ལས། ཐར་བར་འདོད་པའི་ངེས་འབྱུང་  
སྐྱེ་བ་ཡིས། བསྐྱབ་གསུམ་གྱི་གཟིངས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་ཉིད་ལས། གཏན་བདེ་ཐར་པའི་སྤྱིང་  
དུ་ལོག་པར་ཤོག །།

མད་བྱང་ཐུགས་བསྐྱེད་མཆོ་ལས་ལེགས་འབྱུངས་ཤིང་། ལུང་རྟོགས་རིན་ཆེན་རྩལ་  
མང་རབ་དུ་སྐྱུངས། སྐྱོ་བཞིའི་བང་རིམ་མཆོག་དུ་མཛེས་པ་ཡི། བཤེས་གཉེན་སྐྱོན་པོ་རྟག་



ཏུ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

༥ དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བརྗེད་བྱང་བཞུགས་སོ།། ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།། བསྟན་འགྲོའི་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
འདིར་བརྗེད་ཐོ་འགའ་ཞིག་བྲི་བ་ལ། རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གསང་བ་འདུས་པའི་མཆན་  
དོན་འཆད་པ་ལ་གསུམ། མཆན་ངེ་ལྟར་འདོགས་པ། དེ་རྒྱུད་ཕྱི་མས་ངེ་ལྟར་བཤད་ཚུལ། ཅ་  
བཤད་སྤྱར་ནས་འཕགས་པ་ཡབ་སྲས་གྱིས་ངེ་ལྟར་འགྲེལ་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་ནི། རྣམ་འབྱོར་གྱི་  
རྒྱུད་ཆེན་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བའོ།། གཉིས་པ་ནི། རྣམ་འབྱོར་དང་རྒྱུད་དང་  
དཔལ་དང་གསང་བ་འདུས་པ་སྟེ། དོན་ཆོན་བཞིར་བྱས་ནས་བཟུལ་ཏེ། གཉིས་པ་ནི། ཐབས་  
ཤེས་མཉམ་སྦྱར་ཉིད་རྣམ་འབྱོར་གྱི་དོན་ཏུ་རྒྱུད་ཕྱི་མར་གསུང་ངོ་།། གསུམ་པ་ནི། ཐབས་  
ཤེས་དེ་ལའང་ཚུལ་བཞིན་བཤད་པས་གཉིས་སུ་བྲངས་ཏེ། འགྲེལ་པས་བཤད་དོ།། དེ་བཞིན་  
ཏུ་རྒྱུད་དང་དཔལ་སོགས་ལའང་ཅ་བཤད་སོགས་སྦྱར་ཚུལ་ཤེས་དགོས་སོ།། རྒྱན་བདུན་ནི།  
སྒྲིབ་བསྐྱང་གི་རྒྱན། ཚུལ་གྱི་རྒྱན། རྒྱས་བཤད་ཀྱི་རྒྱན། གང་རུང་གི་གཅིག་གི་དོན་བཤད་  
པའི་རྒྱན། དོན་གང་སྟོབ་མ་གང་ལ་འཆད་ཚུལ་གྱི་རྒྱན། གང་ཟག་གི་རྒྱན། དགོས་པའི་རྒྱན་  
ནོ།། དེ་ལ་ཚུལ་ནི། འཆང་རྒྱ་ཚུལ་དང་། གང་ཟག་ནི་གདུལ་བྱའི་རྣམ་གཞག་གོ། འདི་བདུན་ནི།  
རྒྱུད་ཀྱི་ཆིངས་སམ་ས་བཅད་ཡིན་པས་བདུན་པོ་འདིའི་སྟོན་ནས་བཤད་ན་རྒྱུད་དོན་རྫོགས་པར་  
འགྱུར་ངོ་།། གསལ་སྟོན་ལས་གལ་ཏེ་ཕྱིའི་ཕྱག་རྒྱ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི། གསང་བ་བྱུང་པའི་  
དགོངས་པས་ལས་དང་པོ་པ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་མེད་མེ་རུང་ཏུ་གསུངས་པ་དང་། རིམ་ལྡེའི་དགོངས་  
པས་རྟོག་བརྒྱས་ཀྱི་ཕྱི་ནས་ཡིན་པར་གསུངས་པ་གཉིས་འགའ་ཞེས་ཅོད་པ་ལ། མི་འགལ་ཏེ།  
སྤྲ་མའི་དགོངས་པ་ནི། དགའ་བཞིའི་ལྟན་སྟེས་འདེན་པ་ལ་ཡིན་ཞིང་། ཕྱི་མ་ནི། སེམས་དབེན་  
གྱིས་སམ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་དགོངས་ཞེས་བཤད་དོ།། འོ་ན་དགའ་བཞི་འདེན་པ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་

ངེས་བཟུང་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མིན་ཏེ། གསལ་སྟོན་ལས། མེད་མི་རུང་དུ་གསུངས་  
པ་རྒྱུ་རྒྱ་ཏིར་འཇུག་པའི་ཐབས་སུ་འགོ་བ་ལ་དགོངས་ཞེས་བཤད་པས་ཤེས་སོ།། དེའི་ཐབས་  
སུ་ལས་དང་པོ་བ་ཡིན་ཆད་ཀྱིས་ལས་རྒྱ་བསྟེན་རུང་ངམ་ཞེ་ན། མི་རུང་སྟེ། ལུས་རྟེན་གྱི་  
མཆན་ཉིད་ཆད་དགོས་ཤིང་། དེང་སང་ནི་ཤིན་ཏུ་དགོན་པས་དུས་ལ་སྟོས་ནས་བཞག་པ་ལས་  
འོས་མེད་དོ།། འོ་ན། སེམས་དབེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གསུམ་དངོས་སུ་སྟེན་པ་ལ་ལས་རྒྱ་དགོས་པའི་  
རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན། དགའ་བཞི་འདྲན་པ་ལ་ནི། ངེས་པར་མི་དགོས་པ་ཁྱོད་འདྲི་ཅིང་རྒྱུ་རྒྱ་  
ཏིར་ཐིམ་པའང་མི་དགོས་པ་དགའ་བཞི་དང་མཚུངས་པར་བསྟུབས་ཀྱས་ཤིང་། བདེ་བ་དེས་  
སྟོང་ཉིད་ངེས་པ་ལའང་མི་དགོས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཐབས་ཐབས་རུང་དུ་མ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པ་སྟར་རྒྱ་མཆན་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་བཅའ་བར་བྱའོ།།

རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། ཅམ་སྔ་མས་ཀྱན་རྟོག་དང་། ཕྱི་མས་སྤང་པོ་རགས་པ་  
ལས་སྦྱབ་པ་གཙོ་དེ་རྣམས་གསུངས་པས་སེམས་དབེན་ལས་སྦྱ་ལུས་བསྟུབས་པ་ན་སྦྱབ་  
གཞིའི་སེམས་སམ་རྟོག་བྲལ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་དཔྱད་དོ།། དེའང་གསལ་སྟོན་ལས་ཡེ་ཤེས་  
གསུམ་གྱི་བདེ་བ་ལ་སྟོང་པ་མ་སྦྱར་ན་བདག་མེད་ལ་མ་དམིགས་པས། སྟོས་བྲལ་གྱི་རྣམ་པ་  
མི་འཆར་བའི་ཕྱིར། དཀར་དམར་ནག་གསུམ་གྱི་སྣང་བ་ཉིད་འཆར་དོ།། དེ་གསུམ་གྱི་བདེ་  
སྟོང་སྦྱར་བ་ན་སྟོང་བའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་ངོར་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྒྱུང་ཆད་ཀྱི་སྣང་བ་གསུམ་སྟོག་དགོས་  
པས་སྣང་བ་གསུམ་སྟོ་དེ་ལ་འཆར་བ་ཡིན་པའི་སྟོག་པའི་ངོར་མི་འཆར་ཏེ། དཔེར་ན། རྟོག་པ་  
ལ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་སྟོས་བྲལ་གྱི་རྣམ་པ་འཆར་བ་ན། ངེས་ངོར་གཉིས་སྣང་ལུབ་  
པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འཆར་ཡང་སྦྱིར་རྟོག་པ་དེ་ལ་གཉིས་སྣང་ལུབ་པ་མིན་པ་བཞིན་ནོ།། ཞེས་  
ཡེ་ཤེས་སྔ་མ་གསུམ་ལ་དེ་སྟར་གསུངས་པའི་རིགས་པས་བཞི་བ་དཔེའི་འོད་གསལ་ལའང་  
སྣང་ངོ་དང་ངེས་ངོའི་བྱད་པར་དེ་འདྲ་སྦྱར་དུ་རུང་བ་དང་དེའང་འཆི་དུས་ཀྱི་སྟོང་པ་བཞིའང་

ཞེས་བས་སོ།།

ལྷ་ལྷ་གཞུགས་སུ་ང་རྒྱལ་བྱེད་པའི་མོས་གཞིའི་གཞུགས་ནི། རྩལ་ཕྱ་རབ་བསགས་  
 པའི་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་འབྱུང་གི་ལུས་སྒྲ་མ་དེ་ཙམ་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་ལས་ན།  
 ཐ་མལ་བའི་ཕྱང་པོར་ལྷ་ལྷ་ང་རྒྱལ་གཞུང་བ་མིན་ཞེས་འདོད་པའི་ལུགས་ཇི་ལྟར་སོང་བ་བརྟག་  
 དགོས་སོ།། རང་གི་ལུས་ལ་གནས་ན་ཡང་།། བསོད་ནམས་རྒྱུང་བས་མི་རྟོག་དོ།། ཞེས་སྒྲ་  
 མའི་སྒྲ་ད་ལྟ་རང་ལུས་ལ་གནས་པར་བཤད་པའི་དོན་གསལ་སྟོན་ལས། སྒྲུབ་གཞི་དེ་ཡོད་པ་  
 ལ་དགོངས་ནས་རང་གི་ལུས་ལ་གནས་ནའང་ཞེས་གསུངས་སོ།། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན།  
 འོན་ཀྱང་ས་ཐོན་སྟོམ་པོ་སྒྲུག་གུ་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་གཞི་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ཙམ་ལ་བསམས་ནས་  
 ས་ཐོན་སྟོམ་པོར་སྒྲུག་གུ་སྟོན་པོ་ཡོད་ཅེས་བྱར་མི་རུང་ལ། འདིར་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལས་  
 བེ་དེ་དང་མི་འབྲ་བའི་སྒྲུབ་གཞི་བྱེད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་གོ་བྱས་ཤིང་། དེའི་རྒྱལ་དང་རྒྱ་  
 རྒྱུངས་སུ་སོང་བ་ན་དྲངས་པའི་རྒྱ་ཞེས་པ་གཞན་ནས་འོང་བ་མ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱུན་དེ་ཉིད་  
 ཡིན་ལ། ཡང་རྟོག་རྒྱ་སོང་བ་ནའང་རྟོག་པའི་རྒྱ་ཞེས་པ་གཞན་ནས་འོང་བ་མ་ཡིན་ཀྱི་རྒྱུན་  
 དེ་ཉིད་རྟོག་རྒྱ་སོང་བ་ཙམ་ཡིན་པས་རྒྱ་རྟོག་དྲངས་གཉིས་ནི་རྒྱའི་རྒྱུན་འབྲ་བ་གཅིག་ཁོ་ནར་  
 གནས་སྐབས་མི་འབྲ་བ་གཉིས་སུ་བྱེད་པ་ཙམ་ཡིན་པས་སྒྲ་མའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱེད་པའི་རྒྱུན་  
 དང་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲ་མའི་རྒྱུན་འབྲ་བ་ཁོ་ན་ཡོད་པ་ལ་བསམས་ནས་གཅིག་གི་  
 དུས་སུ་ཅིག་ཤོས་ཡོད་པར་བཤད་ནའང་། འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པས། གཅིག་གི་དུས་  
 སུ་ཅིག་ཤོས་ཡོད་ཅེས་བཤད་དུ་མི་རུང་བ་ལྟར་འདིར་ཡང་། དག་མ་དག་གི་ལུས་གཉིས་  
 བེ། རྒྱའི་རྟོག་དྲངས་པ་དང་འབྲ་བར་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར་སྒྲུབ་ལྟར་བཤད་དུ་རུང་དོ།། དེའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་གཞི་ཡིན་པ་མཚུངས་ཙམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་  
 བས་ས་སྒྲུག་སོགས་ལ་ཐལ་བ་སྒྲུག་ཀྱང་སྒྲུབ་པར་མི་བྱས་སོ།། དཔེ་དོན་འདི་དག་ལ་ངས་

བ་བརྟན་པོ་རྟེན་ན་སྤར་གྱི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སེལ་བར་མི་བྱས་པའི་ལོག་རྟོག་  
 ཆེ་བ་གཉིས་ལྟོག་སྟེ། འདི་ལྟར་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ལུང་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱས་  
 རང་ཆས་སུ་ཡོད་ཅེས་སྒྲུབ་ནི། ཚུ་རྟོག་པའི་སྐབས་སུ་དྲངས་མ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་  
 བ་དང་མཚུངས་པས་དེ་ལ་ནི་མདོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་པ་མཐོང་ནས་དོན་ལ་སྦྱར་བ་དང་ལོག་  
 རྟོག་དེ་ལྟོག་ལ་འགའ་ཞིག་ནི་ཕྱོགས་སྤེལ་འབྱེད་པར་རྟོགས་ནས་སངས་རྒྱས་འབྲུག་ཚུལ་  
 ས་པོན་ལས་སྤྱད་གྲུ་འཁྱུངས་པ་ལྟར་རང་གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་སྒོ་ནས་ཡིན་  
 སྟམ་པའི་ལོག་རྟོག་ནི་དཔེ་བྱི་མ་ལྟར་མིན་པར་སྤེལ་མའི་ཚུལ་ལྟར་ཡིན་པར་གཤམ་ནས་ལྟོག་  
 པས་སོ།། དེས་ན་འདི་ནི་མན་ངག་མཐར་སྟག་གོ། རིམ་པ་བཞི་པའི་འོད་གསལ་ལ་དོན་གྱི་འོད་  
 གསལ་ཞེས་བ་ནི། རིམ་པ་གཉིས་པའི་འོད་གསལ་གྱིས་མཆོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་  
 བརྗོད་ཅེས་བཤད་ནའང་མི་རུང་བ་མེད་མོད། གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དོན་རང་མཆོན་པ་  
 ལ་བྱ་དགོས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དཔེའི་ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་ཆ་གསལ་གཤིག་ལ་བཏགས་པའི་འོད་གསལ་  
 གཟུགས་བརྟན་ཅོང་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་སེམས་དབེན་སྟོན་པ་སྟོང་  
 པ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྟད་ཁོ་ནར་གསུངས་ཀྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཐ་སྟད་མ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།། འདི་  
 ཡིས་དབགས་ནས་རིམ་པ་གསུམ་པའི་སྐྱུ་ལུས་ཀྱང་སྐྱུ་ལུས་ཅོང་པོར་ཡིན་པར་གཞག་དགོས་  
 སོ།། འོན་ཀྱང་ངག་དབེན་མན་ཆད་དུ་མི་འབྲུག་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་མཁས་སྤྱབ་ལོར་བཟང་པས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རེ། ཚུའི་རྟོག་པ་འབྲུག་པོ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་ནི། ངག་དབེན་མན་ཆད་  
 དང་། རྟོག་པ་རགས་པ་ལོག་ལ་དྲངས་པ་མཐར་སྟག་ཏུ་མ་གྱུར་པའི་སྐབས་ལྟ་བུ་ནི། སེམས་  
 དབེན་གྱི་སྐབས་དང་། དྲངས་པའི་མཐར་སྟག་ཏུ་སོང་བའི་སྐབས་ལྟ་བུ་ནི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་  
 གྱི་སྐབས་ཡིན་པས་རགས་ལུས་དང་སྤྱུ་ལུས་མ་དག་པ། དེ་ཉིད་དག་པའི་སྐབས་གསུམ་སོ་  
 སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་ན་གང་ནས་བཟུང་སྟེ་སྐྱུ་ལུས་འབྲུག་པ་དང་མ་འབྲུག་པའི་མཆོམས་བྱེད་

པར་བྱའོ།། སྤགས་སྒྲ་མེད་ལ། གཞིའི་སྤྱི་འཛིག་སོགས་ལམ་གྱིས་སྤྲངས་ནས་འབྲས་བྱའི་ས་  
 ཏུ་སྦྱར་བ་ཡིན་པས་ན། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་རིམ་པས་མཐུད་དགོས་པས་ལམ་ལ་རིམ་  
 ལྷ་འཛིག་པ་ལྟར་གཞི་ལའང་རིམ་ལྷའི་དོད་པོ་ཞིག་དགོས་ཤིང་ཡོད་པའང་ཡིན་ཏེ། དེའང་  
 རྒྱང་འབྲུང་འཇུག་དོར་བརྒྱས་འཆི་བའི་ཆེ་མེས་ནས་སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཤར་བ་སེམས་  
 དམིགས། འཆི་བ་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དོ་སྤྱོད་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱི་བ་སྤྱུལ་སྤྱོད། སྤྱི་མ་འདི་  
 རྒྱང་འཇུག་གི་དོད་ཏུ་བཞག་དགོས་ཀྱང་ཏ་ཅང་འབྲེལ་རྒྱ་མི་འདུག་སྟེ་མོ།། ཉིན་ཞག་གཅིག་  
 ལ་རིམ་ལྷའི་དབྱེ་བ་ནི། ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རྒྱང་འབྲུང་འཇུག་དོར་བརྒྱས། གཉིད་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་སྟོང་པ་དང་པོ་གསུམ་སེམས་དབེན་གཉིད་དངོས་གཞི་འོད་གསལ་ཏེ་གཉིད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་  
 ཞེས་ཀྱང་བྱའོ།། མི་ལམ་གྱི་ལུས་སྤྱོད་ལུས་ཏེ། མི་ལམ་ལོངས་སྤྱོད་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ།། སད་པ་སྤྱུལ་  
 སྤྱོད་སྟེ། འདི་ལ་སད་ལུགས་ཁྱད་པར་གཅིག་ཡོད་གསུངས་པ་རི་ལྟར་ཡིན་བཟླ་གོ། །རིམ་ལྷ་  
 བྱི་དོར་བརྒྱས། སེམས་དབེན། འོད་གསལ། སྤྱོད་ལུས། རྒྱང་འཇུག་སྟེ་ལྷ་ཡིན་ལ། སྤྲངས་གཞི་  
 སྤྱུལ་སྤྱོད་བསྐངས་ནས་རྒྱང་འཇུག་གི་དོད་མ་རྒྱང་བས་མི་འཐད་ཅེ་ན། གཞིའི་འོད་གསལ་གྱིས་  
 རིམ་པ་བཞི་བའི་འོད་གསལ་ཀྱང་མཆོན་ཞིང་། སྤྱོད་ལུས་ཀྱིས་དག་པའི་སྤྱོད་ལུས་ཀྱང་མཆོན་  
 པའི་ཕྱིར་གཉིས་པོ་དེར་འདུས་ལ། ཡ་གྲུལ་རེ་རེ་ནས་བཤད་པས་གཉིས་ཀ་རྒྱང་ཏུ་འཇུག་  
 པའང་གོའོ།།

དཔལ་བྱིན་བརྒྱན་ཏེ་བསོད་ནམས་རང་བཞིན་གྱིས།། མཆོན་དཔེའི་མེ་ཉོག་ཡེ་ཤེས་  
 བངས་ཉིད་གང་།། སྟོབས་དང་མི་འཛིག་མ་འདྲིས་ཟག་མེད་ཆོས།། སྤྱོད་ཆོས་ངག་གིས་སྤྱོད་དང་  
 སྤྱུགས་ལའོ།།

དེ་ལྟར་ཞིང་གི་མཆོག་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་ཁྱབ་བདག་རྟོ་རྟེ་སེམས་དཔར་མཆོད་པར་  
 བརྟེན་ན། འཇུག་པའི་མཆོན་འབྲེལ་ལས། སུན་མོང་མིན་པའི་འབྲེལ་ལུགས་རྒྱང་བ་རྣམས།

འདིར་རྩུང་དུ་བཀོད་པར་བྱའོ།། འཁྲོ་བ་གཡོ་བ་ཞེས་སོགས་ལ་གཞན་དུ་འཁྲོ་བ་གཡོ་བའི་  
ཚུའི་ནང་གི་ཞེས་འབྲེལ་ཀྱང་འདིར་གཡོ་བ་འཁྲོ་བའི་ཆེད་དུ་སྦྱར་ནས་གསུངས་པ་ནི། གཡོ་  
བ་ཞེས་ནམ་དབྱེ་དང་པོ་འབྱུང་གི་གཡོ་བའི་ཞེས་དུག་སྐྱ་མ་བྱུང་བས་སོ་སྟམ་དུ་དགོངས་  
པའོ།། རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སྤོ་འདི་ཡི་སེམས་གང་ཞེས་སོགས་ལ་འབྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད། སྤྱང་  
དུ་མི་རུང་དཔོག་པའི་རྒྱུར་ཡང་འབྱུང།། ཞེས་པའི་ཡང་སྐྱ་ཅེས་པའི་དོན་དུ་བཀྲལ་ཏེ། སྤྱད་  
ཆོག་ཏུ་བྱས་ན་བསྐྱ་རྒྱ་མེད་པས་དེ་སྟམ་དུ་དགོངས་པའོ།། སྤྱན་པས་རིང་པོར་མི་སོགས་དགའ་  
བ་ཐོབ།། ཅེས་པའི་དགའ་བ་དེ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལྟར་ན། སྤྱན་པའི་ནམ་སྤྱན་ལ་བྱ་དགོས་  
ཤིང་འབྲེལ་ཚུང་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ན། སྤྱན་པའི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་འབྲས་ཅམ་མོ།། ཞིབ་  
མོ་རྟོགས་ལའང་ཤིན་ཏུ་མཁས་ཞེས་པ་ལས་སུ་བྱས་ནས་སྒོ་བཟང་ཞེས་པ་བྱེད་པ་པོར་བྱས་  
ནས་བཀྲལ་ཏེ་ལེགས་བཤད་དུ་སྒྲུང་ངོ་།། ཀུན་རྫོབ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་ན་ཐབས་ཀྱི་ཉམས་  
ལེན་མི་འོང་། དེ་མེད་ན་གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་འོང་བ་མེད་པས་ཀུན་རྫོབ་འཛིག་ཚུལ་མ་ནོར་བར་  
ཤེས་དགོས་སོ།། དེའི་ཕྱིར་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ།། འབྲས་  
བྱ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པ་ལ་ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་བསྟེན་དགོས། དེ་ལ་གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་  
གནས་ལུགས་ཤེས་པས། བདེན་གཉིས་ཀྱི་ནམ་གཞག་མདོ་ཅམ་ཞིག་གི་བར་བྱའོ།། དེའང་  
སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་ཆོས་ཉིད་དོན་དམ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དགོས་པ་ལ་མི་མཐུན་པ་ཆེར་མེད་  
མོད། ཆོས་ཅན་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མི་དགོས་པའང་འདྲིན་པ་ཆེས་མང་བར་སྒྲུང་ངོ་།། སངས་རྒྱས་  
ཐོབ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་དགོས་པ་ནི། དུ་ནམ་མཁར་འཕྱར་བ་ལ་གཤོག་པ་གཉིས་དགོས་  
པའི་དཔེས་གསུངས་པས། རྩོགས་སྤྱ་དེ་དག་གིས་ནི་གཤོག་པ་གཉིས་ཀ་མི་དགོས་པའམ་  
དགོས་ཀྱང་གང་རུང་གཅིག་དེ་ཅམ་དུ་གལ་མི་ཆེ་བར་སྐྱ་བ་དང་འདྲ་བས་ཆེས་མི་རིགས་པར་



སྒྲ་བཤོ། ། འབྲས་བུ་སྒྲ་གཉིས་ལ་ཉེ་རིང་མི་རུང་བ་ལྟར་ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ལའང་ཉེ་རིང་  
 མི་རུང་བ་དེ་ཡང་རུང་བས། གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཉེ་རིང་མི་རུང་བར་དགོངས་ཏེ། རྗེ་བཙུན་  
 གྲི་ཞལ་ནས། སྒྲ་སྟོང་གཉིས་ལ་ཉེ་རིང་གཏན་མི་རུང་དེ་བས་ཀྱང་སྒྲ་བ་ལ་གཅིགས་སུ་བྱེད་  
 དགོས་ཞེས་གདམས་ཏེ། ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བས་ན་སྒྲ་ཕྱོགས་ཀྱང་རྫོབ་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རང་ལུགས་སུ་འཐད་ལྡན་འདོག་ཤེས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བྱིན་གནས་  
 དོན་གཟུགས་སྒྲ་སྒྲུབ་པའི་གཞི་མེད། དེའི་ཚུལ་ཤེས་དགོས་ལ། དེའང་འཁྲུལ་གཞི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱང་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ནི། འདིག་རྟེན་མ་དེག་པ་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་པར་  
 གསུངས་པ་དང་། ཡོད་ན་བཅའ་བའི་ཆེ་རྟེན་དགོས་སོ་སྟུང་བའི་ལྟར་སྤང་གི་རིགས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ཀྱང་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་དོན་ལ་ཡོད་ན། སྐྱེ་འཕགས་གཉིས་ལས། འཕགས་པས་ཆེས་  
 གསལ་བར་གཟིགས་རིགས། དེ་ལྟ་ན་ཀྱང་རྫོབ་ནི་འདིག་རྟེན་ཀྱི་སྟོང་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པས་གཟིགས་པས་གཟིགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་འགལ་ལོ་སྟུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རབ་རིབ་  
 ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་ཤད་སྤང་བའི་དཔེས་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཀྱང་རྫོབ་སྤང་བར་གསུངས་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མ་དེག་པའི་དབང་གིས་སྤང་ཙམ་ལས་དོན་ལ་མེད་པ་གོ་བྱས་ཤིང་། མ་དེག་སྤངས་  
 པའི་གང་ཟག་ལ་མི་སྤང་བར་གོ་བྱས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འདིག་རྟེན་ཀྱི་སྟོང་པ་དང་མ་དེག་  
 པའི་དབང་གིས་སྤང་ཞེས་པ་རྣམ་བཅད་ཡོངས་གཅོད་ཀྱི་གོ་རྒྱུ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །

མཛེས་མཛེས་སྒྲ་ཡི་བ་སྒྲ་གཅིག་གི་ཡང་། མང་མང་ཡོན་ཏན་བསྟན་པའི་མཐའ་ཡི་  
 བར། དུངས་དུངས་བརྗོད་ཀྱང་ཟད་པའི་སྐབས་མ་མཆིས། ལེགས་ལེགས་ཡོན་ཏན་གཏེར་  
 ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

སྟན་སྟན་གདུང་དབྱངས་བརྗོད་པ་གཅིག་གིས་ཀྱང་། རང་རང་རི་ལྟར་འདོད་པའི་  
 དོན་རྣམས་ཀྱང་། སོ་སོའི་སྐད་དུ་རི་བཞིན་འདོམས་མཛད་པ། ལྷང་ལྷང་འཁྲོལ་བའི་དུག་ཅུའི་

དབྱངས་ལ་འདྲ།།

གསལ་གསལ་རིག་པའི་འགྲུ་བ་གཅིག་གིས་ཀྱང་། མང་མང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་གང་  
ཡིན་གུན། དེ་དེ་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་གཟིགས་མཛད་པའི། ཟབ་ཟབ་ངོ་མཆོང་སྤྲུགས་ལ་  
སྤྲུག་འཆལ་ལོ། ཤིང་འབྲུག་ཆེ་༥ ཆོས་ལ་ལ་བྱིས།

ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤུས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། ལྷོང་ཁོང་རྩས་པའི་གཏིང་ནས་སྐྱབས་  
གསོལ་ཏེ། ལེ་ལོ་ཅན་བདག་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར། ཡིད་སློན་དམ་བཅའ་འགའ་ཞིག་ལྷང་  
བར་བཤི། དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་སུ་བཏྟམས་ལ། སྤྱི་པོའི་གཙུག་ཏུ་  
བཀྱར་དང་། འགྲན་སེམས་སྤྲག་དོག་སོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཉེས་པ་རང་ལྷགས་སུ་ལྷོག་  
ཅིང་། ལྷབས་པོ་ཆེའི་བསོད་ནམས་ངང་གིས་གསོག་པའི་འབྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་པས་ཕྱིན་  
ཆད་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བར་བཤིའོ། རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་བཞིན་དུ་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་བར་འགྱུར་གྱི། གཞན་དུ་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་  
བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོ་ལ་འདུག་པའི་སྟེམས་པ་འཆང་ན། དེ་དང་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་གྱིས།

གཉིས་པ་ནི། རིན་དང་ལྷན་པའི་སྒྲ་མ་དེ་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་མོས་ནས་ཁ་ཅམ་མ་ཡིན་  
པའི་གསོལ་བ་ལུང་ཚུགས་སུ་ཡང་ཡང་ཐོབ་དང་། གཞན་དུ་བསྐྱལ་བར་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་དགོ་  
ཆོགས་ཀྱང་སྤང་ཅིག་ལ་སྤང་ཅིང་། འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་ལུས་བ་ཁྲིགས་ཀྱིས་འགྲིག་  
པའི་ཐབས་འཕྲུལ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་གདའ་ལོ།

གསུམ་པ། ད་ལྟོས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་ཆ་གང་དང་། བཤེས་ཤིང་སྒྲིམ་བ་དང་། ལུག་འཆའ་  
བསྐྱོར་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐལ་མི་བཟོད་ན། ཆ་གང་གི་དཔུང་བ་དང་། གཤིན་རྗེའི་འཛིག་  
རྟེན་དང་། དུད་འབྱོའི་བཞོལ་སྟོད་སོགས་ག་ལ་བཟོད་དེ་བཟོད་ཐབས་མེད་པས། འན་འབྱོའི་སྟེ་

སྒོ་བཅད་པའི་ཕྱིར་དུ་ཆོས་ནམ་དག་གཅིག་མི་སྐྱབ་པའི་ཐབས་རང་མེད་དོ། ཅི་ནས་ཀྱང་ཆོས་  
ཀྱི་ཕྱིར་དུ་དེ་དག་བཟོད་པར་བགྱིས་ཏེ་ལུས་སྒོག་ཆོས་ཕྱིར་གཏོང་བའི་སྒྲིབ་སྒྲོབས་བསྐྱེད་  
དང་། རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱར་མི་རུས་པའི་རྩོམ་ཐོ་ཁྲིམ་འོ་མཆར་བ་ཞིག་གོ།

བཞི་པ། ལེགས་ཆད་རང་གི་འདོད། ཉེས་ཆད་གཞན་ལ་བསྐྱར་བའི་སྒོ་རན་མ་རབས་  
ཐམས་ལཱ་འདིས་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྤྲུག་ལ་སྐྱར་འདུག་ཅིང་། རང་གཞན་གྱི་དོན་གང་  
ཡང་མ་བྱས་ད་དུང་འདི་ལ་བསྐྱེན་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐུ་མཐའ་མེད་པར་བྱང་རྒྱ་ལས་འོས་མེད།  
དེ་བས་ན་སྤྲུག་ཕྱིན་སྒྲིབ་ཚུལ་ལས་ལྡོག་སྟེ། ལེགས་ཆད་གཞན་ལ་བསྐྱར། ཉེས་ཆད་རང་  
གིས་ལེན་པའི་དམ་བཅའ་སྤྱི་གི་དཀྱིལ་དུ་ཆོངས་དང་། དཔེར་ན་ཉི་མ་གཅིག་གིས་སྤྲུག་བྱེད་  
ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལྟར། ཉམས་ལེན་གཅིག་གིས་མཐའ་དག་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་  
པའི་འོ་མཆར་མ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སྤྲས་བཅས་རྒྱལ་བས་མགྱིན་དབྱངས་གཅིག་གིས་  
བསྐྱུགས་ཀྱི་གདའ་ལོ།

ལྷ་པ། མདང་སོང་ཉལ་བའི་མི་ལམ་དུ་དགའ་སྤྲུག་གི་ནམ་རྟོག་ཅི་ཡང་འཆར་མོད་  
ཀྱི། ད་ལྟ་བསམ་ན་ཕན་གཞོད་ཅི་ཡང་མི་གདའ་བ་ལྟར། ཆེ་འདི་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ལ་རེ་དོགས་  
སྤྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བཅིངས་ན། སྤྲུག་ཅིག་གིས་ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་བཏང་ནས་པ་རོལ་དུ་ཐལ་བའི་  
ཆོ། གཅིག་ཀྱང་དགོས་པ་མེད་པས། ད་ནི། བདེ་སྤྲུག་ཅི་དགར་དུ་བསྐྱར་ལ། བཀའ་གདམས་  
ལུགས་འོར་བཅུ་པོ་སྤྱི་གི་དཀྱིལ་དུ་ཆོངས་ཤིག་དང་། ཆེར་མའི་ཁྲིམ་པོ་འདོར་བ་ལྟར་སྤྱིད་དུ་  
སྤྲུག་གིས་འཕྲོ་བ་ནི་གདམས་པ་འགྲན་ཆེ་མེད་པ་ཞིག་ལགས་སོ།

དེ་ལྟར་བདག་གིས་འཆལ་བའི་གཡུང་དམ་ལ། རྩོམ་རི་མོ་གྲིས་པ་རྩེ་ལྟ་བར། བམ་  
ཡང་མི་འགྱུར་སྤྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ཀྱིས། ཕྱིན་གྱིས་ཆོབས་ལ་ཀུན་དུ་ཐོགས་མཛོད་ཅིག །

དགོ་འདིས་མཆོན་པའི་ནམ་དགར་རྩེ་སྤྲུག་པས། མ་ནམས་བདག་གིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྒྱུ་

མཆོ་ལས། ལྷ་དུ་བཏོན་ཏེ་བདེ་ཆེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི། ས་ལ་སྦྱོར་བའི་སྐལ་བ་ལྷ་མོ་ཐོབ་ཤོག །  
ཅེས་པ་འདི་ནི་ཤིང་སྒྲུལ་ལོའི་སྒྲ་ཡུལ་མཉམ་པའི་དབང་ལ་ལྷན་འབྲས་སྤངས་སུ་བཞེད་ཐོར་  
བྱེས་པའོ།

གང་གི་ཞབས་སེན་ཟངས་མདོག་དབང་འབར་བ། གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བསྟེན་པའི་  
མོད་ཉིད་ལ། རྫོ་ཡི་སྤང་བ་དབག་མེད་སྒྲོམ་པའི་རྗེ། འཇམ་མགོན་ལྷ་མས་དང་འདིར་གིས་  
པ་སྦྱོངས། རྫོ་བཟང་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་སྤྱགས་བཅུད་ཆབ། ཅུང་ཟད་བསྟེན་པས་སྔོངས་  
པའི་བྲི་མ་ཀྱུ། བདག་ལ་མངོན་ཕྱོགས་ནམ་དཔྱོད་ཡངས་པ་ཞིག །ལེགས་བཞད་གསར་  
པའི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་ལ་ཞུགས། དེ་ལ་སྦྱ་ལུས་གང་ལས་བསྐྱབས་པའི་གཞི་ངོས་བཟུང་  
བ་དང་། དེ་ལས་རྩི་ལྷ་ར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དགས་པ་སྒྲོ་བྱུང་གི་ལུས་  
དང་། སྤ་བ་གཙུག་མའི་ལུས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་སྤེལ་ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན། སྤ་རགས་ཀྱི་  
ལུས་གཉིས་གནས་སྐབས་ངོ་ཐོ་གཅིག་པ་ཅམ་ཡིན་མོད་ཀྱི་རྒྱན་བཟན་མི་བཟན་གྱི་བྱུང་བར་  
ཡོད་དེ། དགས་ལུས་ནི། རྒྱ་ལ་ཆ་བ་ལྷ་ར་སྤ་ལུས་ཀྱི་རང་ནས་སྒྲོ་བྱུང་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། ཅིག་  
ཤོས་རྒྱ་ལ་གཤེར་བ་ལྷ་ར་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀའི་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱན་ཆགས་པར་འཇུག་  
པས་སྦྱ་ལུས་ཀྱི་བསྐྱབས་གཞི་འདི་ཉིད་རུང་གི་སྤ་མ་མི་རུང་ངོ་། དེའང་དག་པའི་སྦྱ་ལུས་ནི།  
རིགས་འདྲ་སྤེལ་གཏན་དུ་བ་ཡིན་ལ། མ་དག་པའི་སྦྱ་ལུས་ནི། དེའི་ཉེར་ལེན་ཡིན་པའི་སྤེར་ན་  
རྒྱན་བཟན་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱབ་དགོས་སོ། རྒྱའི་གཤེར་བ་ཅམ་ནི། རྒྱའི་རྩོག་དྲངས་གཉིས་ཀའི་  
གཞི་ཡིན་པ་ལྷ་ར་གཙུག་ལུས་སམ་གཙུག་སེམས་སྤ་མོ་ནི། དག་མ་དག་གཉིས་ཀའི་གཞི་ཡིན་  
ལ། རྒྱ་རྩོག་པའི་ཆ་གཤེར་པའི་རང་དུ་ཐིམ་ནས་དྲངས་པར་འགྱུར་གྱི་རྩོག་པའི་ཆ་དེ་ཉིད་དྲངས་  
པའི་ངོ་ཐོར་འཕོས་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། མ་དག་པའི་རགས་ལུས་གཙུག་ལུས་སུ་སྤྱངས་  
ནས་གཙུག་ལུས་ཉིད་སྦྱ་མའི་སྤྱང་ལྷ་གི་མ་དག་པའི་ལུས་དེ་ཉིད་སྦྱ་ལུས་སུ་བསྐྱར་བ་ག་ལ་

ཡིན། རོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེས་མ་དག་པའི་ལུས་ལ་ལྟའི་ང་  
 རྒྱལ་གཟུང་བར་མི་རུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལ། ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པས། དེ་ལྟར་ན་ཕྱང་པོར་  
 བརྟམ་པའི་ཅ་ལྷུང་དུ་འགྱུར་རོ།། ཞེས་འགོག་པ་ནི་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རིགས་ལམ་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་  
 བ་མི་མཁྱེན་ནས་འོངས་སོ།།

འདིར་སྤྲས་པ། ཅུ་ཡི་རྩོག་དྲངས་ཅམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡང་།། ཇི་བཞིན་མི་ཤེས་ད་དུང་  
 མཁས་པའི་གསུང་།། འགོག་པའི་སྤྱོད་པ་རྣམ་པ་མི་འཆམ་མོད།། འོན་ཀྱང་འདི་ལས་ཇི་བཞིན་  
 སྤར་ཡང་འཕྲོས།། ཅས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ།།

ཕྱང་པོར་བརྟམ་པའི་ཅ་ལྷུང་དུ་འང་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱོད་པའི་ལུས་གཉིས་རྩམ་  
 གཅིག་ཏུ་ཡོད་པས་རགས་ལུས་ལ་བརྟམ་ཐབས་བྱས་ན་སྤྱོད་ལུས་ལ་འང་བྱས་པར་སོང་ལ། དེ་  
 ལྟར་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པས་ཉེས་པ་ཆེ་བར་དགོངས་ནས་ཅ་ལྷུང་དུ་བཅས་པས་  
 བ། རགས་ལུས་ལྟ་སྒྱུར་སྒྲོམ་པ་མིན་ཞེས་པ་ཅམ་ལ་ཕྱང་པོར་བརྟམ་པའི་ཅ་ལྷུང་དུ་ག་ལ་  
 འགྱུར། གཞན་ཡང་གཉུག་ལུས་ནི། ཤེས་ལྟ་བུ་དང་དེ་ཉིད་དག་མ་དག་ཏུ་སྤང་བའི་རྒྱུ་ནི་ཆོན་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་པས། རྒྱལ་འབྱོར་པ་དང་ཅིག་ཤོས་ལ་གང་སྤང་ལྟ་སྒྱུ་དང་དེ་ལས་བསྒྲོག་པ་དག་ཏུ་  
 ཤར་བ་ནི། སོ་སའི་བཟང་ངན་གྱི་རྒྱུ་ཇི་ལྟ་བུ་གཉུག་སེམས་ཀྱི་ངར་ནས་འཆར་བ་ཡིན་པས་  
 གཅིག་ལ་སྤང་བ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མིན་ཞིང་འགོག་པའང་མིན་ལ། གཉིས་ཀ་ཆད་མས་  
 གྲུབ་པའི་དོན་ཡང་ཡིན་ནོ།། དེའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གཅིག་ཉིད་ལ་པ་རོལ་པོ་སོ་སོས་བལྟས་པའི་  
 ཆེ་མཐོང་སྤང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་བྱུང་ཡང་དེའི་གཉུག་ལུས་མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་སོ་སའི་ལས་ཀྱི་  
 ཆོན་མདངས་ཤར་བ་ཡིན་པ་འགལ་བ་མེད་དོ།། གནད་འདི་རྩོགས་ན་སངས་རྒྱས་གཞན་ནས་  
 ཆོལ་བའི་ངལ་བ་སྤངས་ཏེ། རང་གི་ལས་སྐྱབ་སྤངས་པ་ལ་རིག་དགོས་པར་གོའོ།། ཁ་ཅིག་  
 འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བ་ནི། ཅུ་རྩོག་པའི་གནས་

སྐབས་སུ་ཆུ་དྲངས་མ་ཡོད་ཟེར་བ་དང་བྱུང་བར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་ལུང་རིགས་ལྟ་ཞོག་  
མངོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་གཞིན་དོ། འོན་ཀྱང་ཆུ་དྲངས་པར་སོང་ན་རྒྱན་གསར་དུ་སྐྱེས་པ་མིན་  
གི་སྤར་གི་ཆུ་དེ་ཉིད་རྩལ་དང་བྲལ་བ་ཙམ་ལ་དྲངས་པའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་ལྟར། གཞི་དུས་  
གི་གཉུག་ལུས་ལས། སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་བསྐྱབ་པ་ནའང་རྒྱ་གསར་དུ་བསྐྱབས་པ་མིན་གི། གཉུག་ལུས་  
ཉིད་མཆན་དཔེའི་སྐྱར་སྤར་བའོ། དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྤེའི་རྒྱན་ལས། རི་ལྟར་ཆུ་རྩོག་པ་ལས་  
དྲངས་པ་ནི། དྲངས་བ་ཉིད་དེ་དེ་ལས་སྐྱེས་པ་མིན། དེ་ནི་དེ་ལ་རིམ་བྲལ་བར་ཟད། དེ་  
བཞིན་རང་སེམས་དག་ལ་རྩལ་དེ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་དང་ཞོག་འདྲའོ། འོན་གཉུག་ལུས་  
མཆན་དཔེའི་ངོ་མོར་སྤར་ནས་བྱུང་བེན་དང་མ་བེན། བེན་ན་དམ་བཅའ་དང་འགལ་ལ། མ་བེན་  
ན། གཉུག་ལུས་ཉིད་མཆན་དཔེའི་སྐྱར་ཤར་བའི་དོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། དྲངས་པའི་  
ཆུ་ལ་དྲངས་ཆ་དང་བརྒྱན་ཆ་གཉིས་ལས་བྱི་མ་སྤར་ནས་ཡོད་ཀྱང་ཅིག་ཤོས་གསར་དུ་བྱུང་  
བ་མི་འགལ་བ་བཞིན་སྐྱེ་ལུས་ལའང་ལུས་གི་ཆ་དང་མཆན་དཔེའི་ཆ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སྤར་  
ལ་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་སྤྲས་སོ། འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་དར་བའི་རྒྱར་རྒྱར་ཅིག་གྱ། །ཤིང་  
འབྲུག་ཁྲི་བ་༣ ཆོས་༡༡ ལ་བྲིས།

སྐྱེ་ཤི་བར་དོ་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུམ་དུ། བསྐྱར་བའི་རིམ་བཤམ་པ་དང་སོའི་རྣལ་འབྱོར་  
གིས། ཞེས་གསུངས་པའོ། སྤར་མ་གསུམ་སྐྱུངས་ནས་བྱི་མ་གསུམ་བསྐྱབས་པ་ལ་དགོངས་པ་  
འོངས་པར་བྱ་ཡི། ལུགས་ཁམས་གསེར་དུ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུར་གོ་བར་མི་བྱའོ། ཡང་ཉོན་ཡིད་  
གནས་རྒྱར་ནས་སངས་རྒྱས་གི་ཡེ་ཤེས་སུ་འགྱུར་བ་བཤད་པ་ཡང་སྤྱོར་རྩལ་སྤར་གི་བཤད་  
པས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ།

ཡང་ཆུ་ལ་རྩོག་བྱེད་དང་དྲངས་བྱེད་གི་ཆ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། རང་བཞིན་གཤེར་བའི་  
ཆ་དེ་ཉིད་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལྟར། གཉུག་མའི་རྒྱང་སེམས་དེ་ཉིད་ལ་འཁོར་འདས་སུ་སྐྱུར་



བྱེད་ཀྱི་ཁྱེན་གཉིས་འཇུག་ཀྱང་། ལྷུང་སེམས་ཆ་ཙམ་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མིན་  
 བོ།། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་དགོངས་ནས། ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་རང་བྱུང་བ། ཞེས་དག་པའི་ལྷུང་  
 སེམས་ལ་རང་བྱུང་གི་སྒྲར་བསྟན་ཏེ། གང་དང་གང་རྟོག་པ་ཡོད་ན་དེ་དང་དེ་སོང་བའི་ཆ་རེ་  
 ཡོད་ལ། ཡང་གང་དང་གང་སོང་བ་ཡོད་ན་དེ་དང་དེར་རྟོག་པའི་རྟོག་པ་རེའང་ངེས་པར་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟོག་དྲངས་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་ན་སེལ་བྱ་སེལ་བྱེད་དུ་ལྟོས་ནས་འཛོག་  
 དགོས་སོ།། དེ་བཞིན་དུ། དག་མ་དག་གཉིས་ཀྱང་གཞི་ལྷུང་སེམས་ལྷ་མོའི་སྟེང་ནས་སྤངས་  
 གཉན་དུ་འགོ་བས་ན། གཞིའི་སྐྱེ་ལི་བར་དོ་དང་འབྲས་དུས་ཀྱི་སྐྱ་གསུམ་སྤངས་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་  
 དུ་འབྲེལ་ཚུལ་དེ་ལྟར་རོ།། ལུའི་རྟོག་པ་སྤོང་ཚུལ་ལ་རྟོག་ཆ་དང་གཤེར་ཆ་གཉིས་ཀ་སྟན་  
 ཅིག་དུ་འབོ་བ་ལ་སོགས་པས་གཞི་མེད་དུ་བྱས་ཏེ་སྤོང་ཚུལ་གཅིག་དང་། རྟོག་ཆ་གཤེར་  
 ཆའི་གཞི་དྲངས་སུ་འཇུག་ནས་གཞི་བཅས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤོངས་ལུགས་གཅིག་སྟེ་གཉིས་ཡོད།  
 དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། འཁོར་བ་གཞི་མེད་དུ་སྤོང་ཚུལ་དང་གཞི་བཅས་སྤོང་ཚུལ་གཉིས་ལས་སྤ་  
 མ་པར་བྱིན་སོགས་ཀྱི་ལུགས་དང་། བྱི་མ་བྲམ་མེད་ཀྱི་ལུགས་སོ།། གལ་ཏེ་པར་བྱིན་སོགས་  
 ལའང་འཁོར་འདས་མཉམ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བཤད་ཚུལ་དེ་མི་འཐད་ཅེ་ན། དེ་  
 བྱི་དོན་དམ་ལ་ལྟོས་ཤིང་དེའང་ངེས་འཛོག་མིན་པར་དུས་མཉམ་ལ། འདིར་བྱི་ཀྱན་རྫོབ་པའི་  
 སྟེང་ནས་འཛོག་ཅིང་དེའང་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་སྤ་བྱི་སྤངས་གཉན་ཀྱི་སྟོན་ནས་འཛོག་པའི་ཕྱིར་  
 གཏན་ནས་མི་འབྲེལ། ཡང་རྟོག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རྟོག་ཆ་ཤས་ཆེ་ཆུང་དང་མདོག་མི་འབྲ་  
 བ་སོགས་སྤ་ཆོགས་ཡོད་ལ། དྲངས་པའི་མཐར་ཐུག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སོང་བ་ན། དྲངས་  
 ཆ་ཐམས་ཅད་རོ་གཅིག་དུ་འགྱུར་བ་བཞིན་གཞི་དུས་སུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་དེ་དག་  
 གི་བྱེད་ཆོས་ནམས་ངོ་མོ་ཐ་དད་ཡིན་ལ། འབྲས་དུས་སུ་སྐྱ་གསུང་སྤྱགས་དང་དེའི་བྱེད་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ངོ་མོ་དབྱེར་མེད་ཡིན་ནོ།། འོ་ན་གཞི་དུས་ལྟར་སོ་སོར་སྤར་བ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་

ནི་གང་ཟག་གཞན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྡན་འཆར་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི་རྩིས་སྒྲིག་ནས་ནི་ཐུགས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་ཁོ་ན་ཡིན་པས་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་མེད་དོ། དཔེར་ན། ཤེལ་གྱི་ནང་དུ་དཀར་དམར་  
སོགས་སྒྲང་ཡང་སྒྲོང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་གཟུགས་བརྟན་སྒྲང་བ་ཡིན་གྱི་རྩིས་སྒྲིག་ནས་ཤེལ་གྱི་  
རྣམ་པ་གཅིག་ཕྱུ་ལས་མེད་པ་བཞིན་ནོ།

འཁོར་བའི་རྩ་བ་ནི། བདེན་འཛིན་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་རྒྱུ་མཐའ་ལྟར་ལ་གཅིག་  
པའི་གནད་ཀྱིས་དེའི་ཞོན་པའི་རྒྱུ་ཡང་འཁོར་བའི་རྩ་བར་འཛོག་དགོས་ལ། བདེན་མེད་  
ཉོགས་པས་ནི། བདེན་འཛིན་ལྡོག་ཀྱང་རྒྱུ་མི་ལྡོག་ལ། རྒྱུ་རྒྱ་ཉིད་ཐིམ་པས་ནི། རྒྱུ་ལོག་  
ཀྱང་བདེན་འཛིན་མི་ལྡོག་པས་ལུགས་འདིར་འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཅོད་པ་ལ་རྒྱུ་དབྱེ་མར་  
བསྐྱས་པ་གཅིག་དང་། དེར་བསྐྱས་ནས་གཞུག་སེམས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་ཉོགས་པ་གཉིས་ཀ་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེའོ། འོ་ན་བདེ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་དགོས་པ་ལྷག་པོ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན།  
འདིའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རྗེའི་གསུང་དུ་གསལ་བར་མ་རྒྱུང་བས་ཁ་ཆོན་གཅོད་པར་དཀའ། ཁོ་ཐོའི་  
བསམ་ཆོད་ནི། རྒྱ་བདེ་བར་གནས་ན་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཕུལ་ཆེ་བ་ནི་སྤྱིར་བས་བྱུང་ལ་དེའི་རྒྱ་  
མཚན་གྱིས་བདེ་བའི་རྩ་བར་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ་སྐྱམ་མོ། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་བདེ་བ་རྗེ་ཙམ་ཆེ་བ་  
དེ་ཙམ་གྱིས་ངེས་ཕུལ་ཆེ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་བདེན་འཛིན་ལ་གཞོད་ཕུལ་ཆེ་བས་སྤྱིར་བདེ་བ་དང་  
དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བདེ་བའི་མཐར་ཐུག་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བའི་རྩ་བར་བསྐྱེད་ན་བདེན་འཛིན་  
འཛོམས་པ་ལ་སྟོབས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའོར་བའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་གཞན་ལས་སྤྱིར་  
བ་ཡིན་ནོ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་དེ་ཙམ་ཡིན་ན་རྒྱུ་དབྱེ་མར་བསྐྱས་ཅི་དགོས་ཤེ་ན། དེ་ནི་བདེ་  
བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ་མིན་གྱི་ལས་རྒྱུ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱས་ཐེན་ནོ། གལ་ཏེ་  
རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་ལས། ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བས་སྟོང་ཉིད་ངེས་པའི་སྟོབས་འདྲ་བ་ཡུལ་ཅན་  
གཞན་ལ་མེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྗེའི་གསུང་དུ་རྒྱ་མཚན་གསལ་བར་བཞུགས་སོ་

ཞེན། དེ་ནི་དམ་བཅས་ཡིན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་མིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་སྐྱབ་བྱེད་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། འོན་ཀྱང་པ་བཞི་པའི་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་  
 དུ་རྟོགས་ནས་ཉོན་སྤྱི་བ་སྤངས་པས་དེ་ཕྱིན་ཆད་བདེན་འདྲིན་མི་རྒྱ་བ་བདེན་ཡང་ལས་རྒྱུང་མི་  
 རྒྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་སྟུང་ན། ལས་རྒྱུང་དང་ཀུན་རྟོག་རགས་པ་ནི། བདེན་འདྲིན་ལས་  
 རྒྱུང་བའི་ཕྱིར་རྟོན་ལོག་པས་བརྟེན་པ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། གཞི་དུས་སུ་ལས་རྒྱུང་ཐིམ་ནས་  
 གཉུག་མའི་རྒྱུང་སེམས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི། བདེན་འདྲིན་མི་སྟོག་པས་དེས་གཞི་  
 བྱས་ཏེ་སྤང་ཡང་ལས་རྒྱུང་ལྡང་བ་ཡིན་ལ། འོད་གསལ་གྱི་ཕྱིས་ནས་སྤང་མི་ལྡང་བ་ནི་དེའི་རྩ་  
 བ་བཅད་པས་ཡིན་ཏེ། སྤང་བ་འད་པ་ལྟར་རོ།

འདིར་སྐྱུས་པ། འཇམ་མགོན་རྒྱལ་བའི་ལེགས་གསུང་སྟོན་པ་ཆེར། འཁྲིལ་བའི་སྟོབས་  
 གྱིས་བདག་སློའི་འཁྲི་ཤིང་ཡང་། དགོངས་པའི་རྩ་མོར་ཕྱིན་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། ལེགས་བཞད་  
 གསར་མའི་མེ་རྟོག་འབྱེད་ལ་རྟོས། ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཉམས་དགའ་བའི་གཏམ་མོ།

རྒྱའི་རྟོག་པ་དྲངས་ཚུལ་ལ། རྟོག་བྱེད་སྟོན་གྱི་འོག་གཞིར་ཐིམ་ནས་དྲངས་ཚུལ་གཅིག་  
 དང་། ཀེ་ཏ་ཀས་རྟོག་རྒྱ་ལེན་ཏེ་རྩ་མོད་དུ་དྲངས་ཚུལ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སྤང་མ་ལྟར་  
 བ་སྤང་ལྡང་བའི་སྐབས་ཡོད་ལ། ཕྱི་མའི་སེལ་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ན་སྤང་རྟོག་པའི་སྐབས་མེད་དེ་  
 རྒྱ་མེད་པར་བྱས་ཐེན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་བཞིན་དུ་ལས་རྒྱུང་སྟོག་འདྲིན་ལ་ཐིམ་ཚུལ་ལའང་འཆི་  
 བའི་གནས་སྐབས་སུ་ལས་དབང་གིས་ཐིམ་པ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་སྟོབས་  
 གྱིས་ཕྱིན་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་སྤང་མ་ལྟར་ལས་རྒྱུང་སྤང་ལྡང་བའི་སྐབས་སྟོན་གྱང་ཕྱི་མ་ལྟར་  
 བ་མི་སྟོན་དེ་སྟོང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པས་ལས་རྒྱུང་འདྲིན་རྩ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། གནད་  
 འདི་ཤེས་ན། འོད་གསལ་ཐོབ་ཕྱིན་ཆད་དུ་འོད་གསལ་ལས་ལྡང་ཕྱིན་ཆད་སྐྱུ་ལུས་སུ་ལྡང་གི་  
 བར་དོ་ཕྱི་ལུས་སུ་ལྡང་བའི་སྐབས་མེད་པས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཐོབ་ན་ཆེ་དེར་སངས་རྒྱས་

པའི་བྱུང་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ།།

ཡང་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། འཆི་བ་ཆོས་སྐུ་བར་དོ་མོངས་སྐུ་སྐྱེ་བ་སྐུ་ལ་སྐུར་  
བསྐུར་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་འདི་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། དེ་དག་དང་ཆོག་གས་པ་  
གཅིག་པའི་རྒྱུ་མེས་ས་དེར་བསྐུར་བ་ལ་དགོངས་པ་བཟུལ་བར་བྱའོ།། གཞན་དུ་ན་མ་དག་  
པའི་ལུས་དག་པར་བསྐུར་མི་རུས་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་སྟུང་མོ།། ཡང་  
ན་དེ་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། སྐུ་མ་བསྐུར་བའི་དོན་ནི། ཐ་མལ་པ་ལ་དེ་གསུམ་འོང་རྒྱུ་དོད་དེ་ན་ལ་  
འབྱོར་བས་སྐུ་གསུམ་དུ་འབྱེད་བ་བྱེད། ཕྱི་མའི་དོན་ནི། ད་ལྟའི་རགས་ལུས་འདི་ཉིད་ལྷགས་  
ཁམས་གསེར་དུ་བསྐུར་བ་ལྟར་འདོད་པས་དེ་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ།། ཡང་སེམས་དབེན་གྱི་འོད་  
གསལ་རྟོག་པ་ཡིན་ན་འཆི་བ་འོད་གསལ་ཡང་རྟོག་པར་འགྱུར་རོ།། རྟོག་པ་མིན་ན་ནི། མངོན་  
སུམ་ལས་འོས་མེད་པས་སྐྱབས་དེར་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་བརྟག་  
གོ། ཡང་དང་པོར་འཆི་བ་འོད་གསལ་ལས་ཉེར་ཐོབ་སོགས་འབྱུང་རིམ་རྗེ་ལྟ་བུ་བྱིས་འཆི་  
བ་ན་སྐུ་དེ་རིམ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ལུས་འདི་འང་འོད་གསལ་དུ་སྐུ་དཔར་ཁས་སྐྱངས་དགོས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དབང་པོ་དང་དབང་རྟེན་ཁོག་པ་མ་བྱེད་པའི་སྟོན་ཏེ་ལུས་དབང་ཐིམ་པར་  
གསུངས་ཀྱི་དབང་རྟེན་ཐིམ་པ་ནི་གང་དུ་འང་མ་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།། འོ་ན་རྒྱུད་སྒྲ་མར། ས་  
ནི་ཚུ་ལ་ཚུ་རྒྱུད་ལ། རྒྱུད་ཐིམ་མཁའ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། མཁའ་ནི་རྒྱུད་དང་ཚུ་དག་དང་། ས་  
ཡི་ཁམས་ལ་གནས་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་སྤང་པོ་ཁམས་དབང་རྣམས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
དག་ལ་གནས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཚུལ་བཞིན་མིན། ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་རབ་ཏུ་གནས། ཚུལ་  
བཞིན་མ་ཡིན་ཡིད་བྱེད་ནི། སེམས་ཀྱི་དག་པ་ལ་རབ་གནས། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཆོས་  
འདི་ནི། ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་གནས་པ་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་དང་ཚུལ་འདྲའོ་ཞེ་ན། དེའི་ཙ་  
བའི་འབྱུང་གཞི་ནི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་

ཆོས་ཅན་སེམས་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེའང་རྒྱང་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཡིན་པས་དངོས་བསྟན་གྱི་བྱང་  
 པར་དེ་ཅམ་ཡོད་ཅིང་། རོན་ལ་རྩ་བའི་རྒྱང་སེམས་ཆོས་ཉིད་དུ་མ་ཞུགས་ན་འཁོར་བ་དང་དེར་  
 ཞུགས་པས་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བར་ཁས་སྦྲངས་བའི་(མ་དཔེ་ལ་ཆད་) གྱི་ཕྱི་མ་མི་འདྲ་བའི་  
 བྱང་པར་ཆེར་མེད་དོ། མདོ་ལུགས་པས་ཀྱང་། སེམས་ཉིད་གྱིས་ནི་སེམས་ཅན་འཇིག་རྟེན་  
 དང་། སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཤིན་ཏུ་སྣ་ཆོགས་འགོད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་འདས་  
 གྱི་རྩ་བ་སེམས་ཡིན་པར་ནི་ཁས་སྦྲངས་ལ། དེའང་དབང་པོའི་ཤེས་པ་སོགས་ལ་མི་རུང་བས་  
 གཉུག་སེམས་ཤིག་འདོད་དགོས་ཤིང་། འདོད་པའང་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅམ་པས་ནི། ཀྱན་གཞི་  
 དང་། དབུ་མ་ནི་དུག་པ་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་འདོད་ཅིང་། ཐར་བ་ཐོབ་ཚུལ་དང་། སྲ་མས་རྩ་  
 ཁམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས་། དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད། ཅེས་འབྱུང་བས།  
 སྒྲ་མེད་གྱི་ལུགས་ཁོག་འདྲ་ལ། ཕྱི་མས། སེམས་སྦྲངས་ནས་ནི་ལས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ལ་དཔགས་ན། སེམས་གཞི་མེད་དུ་སྦྲངས་པ་འདྲ་ཞིག་སྦྲང་ཡང་། རྟོ་རྒྱས་གྱི་གོས་  
 མེས་བསྐྱེགས་པའི་དཔེ་དང་སྒྱར་བ་ལས་ན་སྲ་མ་དང་མཐུན་ནོ། མདོ་སྣགས་གཉིས་ལ་བྱང་  
 པར་ཆེ་བར་བྱུང་བ་ནི། ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་སོགས་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སེམས་གྱི་གཞོན་པ་  
 རྒྱང་ཁས་སྦྲངས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། དེའི་ཡན་ལག་དུ་རྩ་བའི་སོགས་གྱི་རྣམ་གཞག་ངོ་མཆར་  
 བ་རྣམས་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལུགས་ལ་སེམས་གཅིག་དུ་གཅུན་ཐབས་བྱས་པ་ལས་རྒྱང་  
 གཅུན་ཐབས་མི་འབྱུང་བས་རྒྱང་རྒྱན་པ་ལྟ་བུ་སེམས་རྒྱན་པའང་སྒྲ་མེད་ལ་སྟོས་ན་ཤིན་ཏུ་  
 དཀའ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱང་སེམས་འཇུག་པ་གཅིག་པའི་གནད་གྱིས་རྒྱང་རགས་པ་འཕྲོ་ཕྱིན་ཆད་  
 ལས་བསགས་པ་ལ་འཇུག་ལ། སེམས་བཟང་རན་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྲངས་པའི་ཕྱིར་དོ། མདོ་  
 ལུགས་ལ། སེམས་དང་སྣགས་ལུགས་ལ་རྒྱང་སེམས་སྒྲ་མོ་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀའི་བྱེད་པ་  
 ཐོར་གསུངས་པས། དེའི་ཚུལ་ནི། རྩ་གང་མོས་བསེལ་བ་དང་། རྩ་བོ་བས་གདུང་བར་བྱེད་ཅིང་།

ངོ་གང་གི་ཆ་གཉིས་ཀའི་རྩེ་སྤྱི་འབྲུང་བའི་ཚུལ་ཆ་ཅམ་དེས། གཉིས་ཀའི་དྲུས་སྤྱི་གཉིས་ཀའི་  
བྱ་བ་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཟག་བཅས་སྤྱི་གྲུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་འཁོར་བ་དང་། ཟག་མེད་དུ་གྲུང་  
བའི་སེམས་ཀྱིས་ཐར་བར་བྱེད་ཅིང་། དེའི་ཆེ་གཉིས་ཀར་བྱུང་བའི་གསལ་རིག་ཅམ་དེས་སྤྱི་  
མའི་དྲུས་སྤྱི་སྤྱི་མའི་བྱ་བ་དང་། སྤྱི་མའི་དྲུས་སྤྱི་སྤྱི་མའི་བྱ་བ་བྱེད་པས། རྒྱན་ལ་བསམས་ཏེ་  
སེམས་གཅིག་ཕྱུ་ཉིད་གཉིས་ཀའི་བྱེད་པོར་གསུངས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་གི་ཆ་ལ་བསམས་ན་སྤྱི་མའི་  
ཐ་དད་བའི་སྤྱི་བྱེད་པ་སོ་ཐ་དད་དུ་འཛོག་དགོས་སོ།།

ཡང་མདོ་སྤྱགས་གཉིས་ཀར་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བར་གསུངས་པའི་  
དོན་གང་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི། རི་མ་སྒོ་བྱར་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན་  
ལ་སྒོ་བྱར་བ་ཡིན་ཚུལ་རི་མ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་མ་ཞུགས་པས་ཡིན་ནོ།། འདིའི་ཚུལ་  
ནི། ལྷགས་གོང་དམར་འབར་བར་སོང་བའི་ཆེ་མེ་ལྷགས་རྩས་གཅིག་དུ་གྲུང་ཀྱང་མའི་རིག་  
བྱ་ལྷགས་གོང་དང་འབྲལ་བར་བྱང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པར་  
འདོད་ཅིང་། དེ་དང་མཚུངས་པར་སེམས་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྐྱད་པ་ན་སེམས་དང་ཉོན་མོངས་  
དབྱེད་མེད་དུ་སོང་ཡང་སེམས་དང་འབྲལ་བྱང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་རི་མ་སེམས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་མིན་པར་འདོད་དོ།། དེ་ལས་གཞན་རི་མས་སྤྱི་ནས་བསྐྱེབས་ཀྱང་ནང་དུ་རི་མས་མ་  
གོས་པར་བྱམ་ནང་གི་མར་མེ་ལྟར་ཡོད་པར་འདོད་པ་ནི་སྒོ་གྲོས་ཤིན་དུ་ཅིང་བའི་རང་ཉགས་  
སོ།། འོ་ན་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དངོས་སྤྱི་བས་ཀྱང་རྟོགས་པར་འགྱུར་ལ།  
དེ་ལྟར་ན་རྒྱད་སྒྲར་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོངས་དག་བྱིར། ཉོན་མོངས་གདོད་ནས་ཟད་སྤྱིར་  
རོ།། ཞེས་དང་། རྒྱན་ལས། ཆོས་ཉིད་སེམས་ལས་གཞན་པའི་སེམས་གཞན་ནི། འོད་གསལ་  
མ་ཡིན་རང་བཞིན་ལ་འདོད་དོ།། ཞེས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་དང་ནས་བཤད་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། བདེན་ཏེ། གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སྤྱི་དོན་དམ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བཤད་པ་ལས། ཀུན་



རྫོག་ལ་ལྟོས་ཏེ་བཤད་པ་མ་མཐོང་མོད། རིགས་པས་བརྟགས་ན་སྤྱར་དུ་བར་བསམས་ནས། དེ་ལྟར་བཤད་ལ། དེས་ན་དངོས་སྤྱོད་པས་ཀྱང་ཀུན་རྫོག་ལ་ལྟོས་པའི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཆད་མས་བྱུང་སྟེ། གཞན་དུ་ན་ནམ་འགྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པར་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ། འི་མ་ནམས་ནི་སྒྲོ་བྱར་བ། ཞེས་གསུང་མི་རིགས་པར་འགྱུར་ཏེ་སྒྲོས་པས་ཆོག་གོ། དེ་ལྟར་བདེན་གཉིས་ཀྱི་ཆ་སྤྱོད་ནས་འཛོག་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་གཞི་མཐུན་འཛོག་དགོས་བྱུང་སྤྱང་བས་མ་འདྲེས་པར་བྱེད་པ་ནི། མདོ་སྤྱགས་གཉིས་ཀའི་ལུགས་ལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་སྤྱང་ངོ་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་རྒྱུད་གི་ཁྱད་པར་ལྟག་པ་ཅམ་དུ་ཟད་ཀྱི་གཞན་སེམས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་མདོ་སྤྱགས་གཉིས་ཁོག་འདྲ་བས་སོ། འོ་ན། ད་ལྟའི་ཕྱང་ལྷ་རིགས་ལྟའི་བདག་ཉིད་དུ་གསུངས་པའི་དོན་གང་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་འཇམ་གཉིས་པན་རྒྱུན་འགལ་ཡང་རྒྱུད་རྒྱུན་གཅིག་ལ་འབྱུང་བ་མི་འགལ་བ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཕྱང་པོ་ལྷ་དང་དག་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷ་རྒྱུད་སེམས་སྤྱོད་མའི་རྒྱུན་གཅིག་ལ་འབྱུང་བ་སྤྱར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པས་དག་མ་དག་གི་ནམ་པའི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་ཡང་རྒྱུད་སེམས་སྤྱོད་མའི་ངོ་མོད་ཆ་ནས་སྤྱོད་མི་འདྲ་བ་མེད་པས་ཐ་མལ་པའི་ཕྱང་པོའི་རྒྱུན་ལ་གནས་པའི་རྒྱུད་སེམས་དག་པའི་ཕྱང་ལྷའི་རིགས་འདྲའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་པ་ལ་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་གསུང་ངོ་། རྒྱལ་འདི་ནི། མདོ་སྤྱའི་རྒྱུན་ལས། སྤྱོད་མ་སྤྱོད་མར་ཁྱད་མེད་ཀྱང་xxxམིན། ཞེས་པ་དང་འདྲའོ། དཔལ་རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། འདིར་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མ་དམ་པའི་ཞལ་གྱི་བུམ་བཟང་ནས་བདག་གི་བགོ་བསྐྱལ་དུ་ཐོབ་པ་བརྗེད་ངས་རྒྱུན་པོས་འཁྱེར་ན་འཕངས་པས་བྱི་བར་བྱའོ། འོད་དུ་བཞུ་ཞེས་པ། འོད་སྤྱོད་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་དང་བཞུ་ཞེས་པ་རྟོགས་ཐུབ་པ་བཞུ་ནས་རང་ངོས་ནས་མེད་པའི་དོན་ནོ། འཁོར་འདས་ཀྱི་དངོས་པོ་ནམས་རྒྱུད་ཉིད་ལེན་རྒྱུད་དང་རྒྱུད་སེམས་ཡིན་ལ་ཞིབ་དུ་བཤད་ན་མི་དགེ་བའི་སེམས་ཀྱི་

གཞོན་བྱར་རྒྱུར་པའི་རྒྱུར་ཉིར་ལེན་དང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་རྒྱུན་བྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་  
གཞི་རྣམས་འབྱུང་། དགེ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ཤེས་པ་རྣམས་རྒྱུར་ཉིར་ལེན་མིན་ནོ། ། རི་ལྷར་  
ཞེན་ཅ་གང་གནས་རྒྱུར་འཇུག་པའི་ཆེ་རྒྱུར་རྒྱུན་གྱི་སེམས་རྣམས་འབྱུང་ངོ་། ། དེ་ཡང་རང་  
ལུས་ལྟ་བུ་ལ་སྡོན་བསོད་ནམས་གྱི་ལས་གྱི་གཞོན་བྱར་རྒྱུར་པའི་རྒྱུར་གི་ཉིར་ལེན་དང་། བ་  
མའི་ཁུ་ཁག་ལྟ་བུའི་ཉིར་ལེན་གཉིས་ཡོད་ལ། ལུས་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱུར་ལས་གཞན་པའི་ཉིར་ལེན་  
མེད་ལ་དེ་ཡང་སྤྱི་བའི་རྒྱུར་སེམས་ལས་འབྱུང་བས་རྒྱུར་སེམས་ཅམ་ལས་བྱུ་བའི་དོན་  
ནོ། ། དེ་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། ། ཐུན་མོང་སྤྱོད་བྱ་བྱི་ཡི་སྡོད་ལ་ཉིར་ལེན་གིན་དུ་མང་ངོ་། ། དེ་  
ཡང་ཉིར་ལེན་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱུར་སེམས་ཡིན་ནོ། ། ཡོད་ཀྱང་རང་སྡོལ་སྤྱང་མི་སྤྱང་གཉིས་འབྱུང་  
བ་ཡང་། གཞོན་བྱའི་རྒྱུར་བསྐྱལ་བྱས་མི་བྱས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཅ་ཁམས་རྒྱུར་ལས་རུང་དང་།  
གཞན་ཡང་བདག་འབྲས། རྣམ་སྒྲིན་འབྲས་སོགས་གྱི་སྤྱང་བ་དང་མི་སྤྱང་བའི་བྱེད་པར་རྣམས་  
འབྱུང་ངོ་། ། གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ཉིར་ལེན་སྤར་གཞལ་ཡས་ཁང་སྒྲོམ་པའི་སྡོལ་གཞོན་བྱའི་  
རྒྱུར་ངོ་ཟེར། འོད་གསལ་གྱི་གཞོན་བྱའི་རྒྱུར་རྒྱ་ལུས་གྱི་ཉིར་ལེན་ཡིན་ནོ། ། གང་ཟག་གཅིག་  
དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་གི་རིགས་ལྗེའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་མ་དད་  
གྱི་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྗེ་ཟེར་བ་གཉིས་རིགས་ལྗེའི་མིང་འདྲ་ཡང་དོན་མི་གཅིག་སྟེ། གང་ཟག་དེ་  
རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྗེ་རྒྱུད་མ་དད་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ་། ། དེ་བཞིན་ཉེ་སྤྱི་བ་བརྒྱད་  
སོགས་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེའི་བྱིར་སྡོན་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་འཇམ་དབྱངས་དང་  
རྒྱུད་གཅིག་གསུངས་པའང་དེ་གཉིས་རྒྱུད་གཅིག་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་བྱུ་བའི་དོན་མིན་ནོ། ། རང་  
སྤྱང་གི་རིགས་མ་ཞེས་པ་ཞལ་བྱུག་མཚན་མཐུན་པ་ལ་བྱ་གསུངས། གང་ཟག་གཅིག་རིགས་  
ལྗེའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་སྤར་སྡོལ་ལམ་དུ་བྱུང་པོ་རྣམས་སྤང་སོགས་བསྡོམ་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་དག་པ་སྤམ་སྤང་སྤམ་པའོ། ། དེ་ཡང་བྱུང་པོ་ལྟ་དག་པ་དང་ཡེ་ཤེས་ལྟ་རྫོགས་པ་ཡིན་

གྱི་གང་ཟག་ལྟར་གྱུར་བ་མེད་དོ་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་སྟོན་པའི་སྒྲུལ་བ་གསང་བདེ་འཛིགས་  
 གསུམ་རྒྱུད་གཅིག་ལ། སྒྱིར་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་རྒྱུད་ཐ་དད་དུ་བྱའོ་གསུངས། གང་  
 ཟག་གཅིག་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་ཀའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱུ་བ་མེད་གསུངས། གསང་  
 བདེ་འཛིགས་གསུམ་ཀ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་གང་ལ་མོས་བ་གཙོ་བོར་གྱུར་  
 བ་དང་། གཞན་མཐུན་རྒྱུན་གྱི་དབང་ལས་གང་ཡང་རུང་བའི་ངོ་བོར་འགྱུར་གྱི་གསུམ་ཀ་མིན་  
 རོ།། འདི་ལ་དཔག་ནས་སྐྱེད་རྫོགས་གྱི་འཛོག་མཚམས་ལ་བྲབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མཐའ་ཡས་  
 བ་ཡོད་དེ་ཤེས་དགོས་བ་ཡོད་དོ། དེ་ཡང་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་རེ་རེ་ཡིན་མིན་གྱི་དོན་  
 དང་། འཁོར་གྱི་ལྟའི་དོན་དང་། གཞལ་ཡས་ཁང་གི་དོན་ནས་དུར་ཁྲོད་གྱི་བར་དང་ཀ་བ་དང་  
 བུམ་བ་སོགས་ས་ཆ་རེ་རེ་ནས་གྱི་དོན་ངོ་ཤེས་ནས་སྒྲོམ་ན་གསང་སྒྲགས་སྒྲོམ་པར་འགྱུར་གྱི་  
 ཁྲིད་ཅག་ལྟར་གསེར་དདུལ་གྱིས་བྱས་པའི་ལྟའི་གཞུགས་ལ་སོགས་བ་ཀ་བུམ་སྒྲོམ་བ་ཡན་  
 ཆད་གསང་སྒྲགས་ལྟར་བཞིན་དགེ་བ་ཆེ་རྒྱུ་ཅི་འདྲ་འདུག་ཁྲིད་ཅག་ལེགས་པར་སྟོས་ཤིག་  
 གསུངས། དེའི་ཕྱིར་ཁྲིད་ཅག་གསང་སྒྲགས་འབྲིད་གནང་བ་དང་། ལུ་བའི་སྐབས་སུ་ཡང་  
 འཛིགས་བྱེད་མ་ཉེ་ཞལ་ཅན་ཞལ་དགུ་བྲག་སོ་བཞི་ཞབས་བཅུ་དུག་གསེར་ལས་བྱས་པའི་  
 ལྟ་ལ་བརྟུང་སྒྱུར་བ་ལྟར་མིན་པ་དོན་རྣམས་ལེགས་པར་གསུངས་དགོས། གསུང་གཞན་ཡང་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། འདི་ལས་ཡང་ཆེས་གསང་བ་ལུ་རྒྱ་ཡོད་དེ་གནས་སྐབས་ཁ་ཐམ། ལྷ། ལྷ། ལྷ།  
 དཔའ་མེད། རོ་ལོ་སོགས་གྱི་བཤད་བ་ཡང་ཁ་ཐམ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ། ལྷ།  
 ལ་པར་བྱིན་ཐེག་བ་ལས་ཀྱང་རྒྱ་འགྱུར་གྱི་རིགས་བ་དགོས་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་ཁྲིད་ཅག་གི་  
 བཤད་བ་ལྟར་མོས་པས་ཆོག་མ་ཟེར་གསུངས། ཡིག་ཆ་ལས་མོས་པས་འགྲུབ་གསུངས་བ་  
 རྣམས་མོས་པའི་དོན་ཁྲིད་ཅག་གིས་བཤད་བ་ལྟར་མེད་དེ། མངོན་བ་ཀྱན་བཅུས་སོགས་ལ་  
 སྟོས་གསུངས། གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་ཡ་མ་བུལ་བ་ཞེས་བ་ཡང་ལས་དང་བོ་བ་དང་བྱང་

བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་རང་རང་གི་མངོན་ཉོག་ནང་བཞིན་ཉེན་ནས་སྒོམ་དགོས་གསུངས།  
ཁ་ཅིག་དེ་མིན་ཏེ། གཞུང་ནས་དེ་མིན་པ་གསུངས། རི་ལྟར་ཞེ་ན། སྤྱི་ལུས་གསང་འདུས། བདེ་  
ཆེན་ཡེ་ཤེས་བདེ་མཆོག་བྱས་པས་དེ་གཉིས་བྱང་འབྲེལ་འདིགས་བྱེད་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཡ་  
མ་བྲལ་བ་སྤངས་པ་དེའི་དོན་ཡིན་ཟེར། ཤིན་ཏུ་མི་འཐད་དོ། ། འདིགས་བྱེད་དང་གསང་འདུས་  
ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིན་ན་བདེ་གསང་འདིགས་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བར་ཉམས་སྲུ་སྤངས་པས་  
ཁྱབ་པར་ཐལ་པོ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྤྱི་ཡང་ཡ་མ་བྲལ་བར་ཉམས་སྲུ་སྤངས་ན་དགོས་པ་ཤིན་ཏུ་  
ཆེ་བ་བཤད་པས་གསང་བདེ་འདིགས་གསུམ་རེ་རེ་ཉམས་སྲུ་སྤངས་ཚུལ་ལས་གཞག་དགོས་  
གསུངས། གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་རྩི་ཡི་ཡིག་ཆ་ལས་བཤད་པ་མེད་དོ་གསུངས། ཁྱད་པར་གསུང་  
རབ་ལ་ཡོད་ཡོད་ཅེས་དང་གསུང་བ་པོ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་གསུངས་པ་ཅེས་ཁས་སྤང་བར་མི་  
བྱ་སྟེ། རྩི་ཡིག་ཆ་ལས་འདི་ལ་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཀྱང་xx  
ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར་དང་པལ་ཆེར་ལ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། བྱང་  
སེམས་འཕོ་ན་ཅ་ལྟར་གསུངས་པ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱས་མཆོག་སྐབས་བྱང་སེམས་ལུས་  
ཀྱི་བསྐྱར་འཕོ་བ་གསུངས་པ་མི་འགལ་ཏེ། ཁ་གསང་བྱིན་གྱིས་མ་སྐབས་པར་འཕོ་ན་ཅ་ལྟར་  
དང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ལ་ལྟར་བ་མེད་དོ་གསུངས། ལྟར་ལྟར་གྲགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟིང་  
ཁར་རྒྱ་ཏི་ཞེས་པ་སྟིང་གི་རྒྱབ་སྟིང་ཁའི་ཅ་འདབ་ཀྱི་དབུས་སུ་བྱ་ཡི་སྟིང་གི་དབུས་སུ་མིན་པ་  
རྒྱ་ཆེར་བཤད། འདི་ནོར་ན་ནང་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་གནད་ཆེན་པོ་གཅིག་ནོར་བ་ཡིན་པས་  
སྒོ་བྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བག་ཡོད་བྱའོ། ། རྩི་ཡི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། སྟིང་དཀར་  
ནག་མཆོམས་དང་སྟིང་གི་བྱ་གསོད་པ་གཉིས་ཡིན་ཟེར་ནས། འདོད་བརྗོད་གཉིས་བྱང་དགག་  
པའི་ཆོ། སྟིང་དབུས་སུ་མིན་ཏེ། དེའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ་ཞེས་མ་གསུངས་པས་ན་  
སྟིང་གི་ནང་ལ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། ། སྟིང་དབུས་རི་ལྟར་ཞེ་ན། ཅུ་མ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་ཐད་ཀྱི་

སྙིང་པོ་སྙིང་ཁར་ཞེས་པ་རུ་མ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་དང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྙིང་དབུས་སུ་ཅ་འཁོར་དང་།  
 དེའི་དབུས་སུ་རྒྱ་ཏི་དང་དེའི་དབུས་ཐེག་ལེ་ཡོད་ཅེས་རྗེ་ཡི་ཡིག་ཆ་ལ་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་ན་ཤེས་  
 བར་འགྱུར་རོ།། དེ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་ཡི། སྙིང་ཁར་དང་། སྙིང་དབུས་དང་། རྒྱ་ཏི་ནང་དང་  
 བཅས་འོར་ནས་ཁྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྙིང་ཏུ་བཞུགས་ཏེ་སློབ་མ་བརྒྱ་ཐལ་གིས་བསྐྱོར་བ་རྣམས་  
 ལ་ཏ་ཅང་མཁས་མདོག་དང་རྗེག་མདོག་གནང་ཡང་ཕྱི་མ་སློབ་ཐུན་མོང་ཏུ་ལས་ངན་འབྲས་  
 བུ་སློང་དགོས་བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་འཕངས་སོ།། དེ་ཡི་ཕྱིར་སློབ་ལྟན་རྣམས་ཀྱིས་དུས་ངན་འདིར་ཤིན་  
 ཏུ་བག་ཡོད་པར་མཛད་རིགས་སོ།། སྙིང་དབུས་དང་སྙིང་ཁ་དོན་གཅིག་ན་སྙིང་ཁ་ན་བའི་ཆེ་རྒྱ་  
 ཏི་ན་བར་འགྱུར་རོ།། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།། གང་ལ་གནད་ཏུ་བསྐྱུན་པའི་གནད་འོར་  
 བ་རྟོགས་པ་གང་ཡང་མི་སྐྱེ་བ་མ་ཟད་རྣམ་རྟོག་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བདག་གི་སྒྲ་མས་གསུང་ངོ་།།

ཁ་ཅིག །ཤུ་ཆེན་ཡིག་ཆ་ལས། སྐལ་ཆེགས་ལ་འདུད་བལ་མ་དང་དེ་ལ་དབུ་མ་རྟེན་  
 བར་བཤད་པས་སྙིང་ནི་རྒྱབ་ཏུ་ཡིན་པ་འཐད་དོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། དེ་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་  
 ཀྱི་འབྲུང་བ་མ་བཤད་དོ།། བརྟེན་པའི་དོན་ཡང་ཡོད་དེ། སྐལ་ཆེགས་ལ་ཉེ་ཞེས་པ་མདུན་  
 རྒྱབ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱབ་ཏུ་ཉེ་བའི་དོན་ཡིན་ཀྱི་སྐལ་ཆེགས་ལ་ཏ་ཅང་ཉེ་བའི་དོན་མིན་ནོ་  
 ལགས། དབུ་མ་ཕྱི་དཀར་ནང་དམར་རྒྱ་སྐྱུག་ཅམ་ཞེས་པ་རྒྱ་སྐྱུག་དབུ་མར་བྱེད་པ་སྙིང་དབུས་  
 སུ་སློབ་ལྟན་རྣམས་ཀྱིས་ཅ་འཁོར་བསྐྱོམ་པ་ན་རྒྱ་སྐྱུག་ཅམ་ཞེས་པ་ཆེག་ཁོན་ལ་རྟེན་ནས་རྒྱ་  
 སྐྱུག་ལྟར་གོ་ནས་བསྐྱོམ་མི་རིགས་ཏེ་རྒྱ་སྐྱུག་ལྟ་བུ་གཅིག་བསྐྱོམས་པ་ལ་སྐྱུགས་དོན་རི་ལྟར་  
 ཆང་། དེས་ན་ཅ་འཁོར་དང་དབྱེ་བས་དང་ཁ་དོག་མ་འོར་ཤིག །རྒྱང་གི་དབྱེ་བས་གཞུ་ལྟ་བུར་  
 བཤད་པ་ཡོད་དེ། དེས་ན་སྙིང་དབུས་རྒྱང་མེད་ཅེས་བྱེད་ཅག་མ་ཟེར་ཞིག་རྒྱང་མེད་ན་ཤེས་པ་  
 ཡང་མེད་པར་ཐལ་ལོ།། ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་བསྐྱེད་རྟོགས་  
 གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་གཉིས་ཡོད་ལ། དང་པོ་ནི་བླ་འཇམ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་ནས་ལྟ་སྐྱོམ་པ་དང་།.....

## ཀ་བཤད་དང་བསྟོད་ཆོག་གི་རིམ་པ་ནམས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེགས་པ།

༥ རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དངོས་གྲུབ་འགྲུགས་པའི་པོ་ཉ།

ན་མོ་གྲུ་རུ། ལྷ་མ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།། རྒྱུད་  
ཁྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཀ་ཤིའི་རས་ལྟར་དཀར་པའི་ལྷ་གདན་ངོས།། ལ་དོག་ལི་ཁྲིའི་  
མདངས་ཀྱི་རོལ་བ་ཅན།། ག་ན་རྒྱལ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཡབ་གཅིག་བུ།། ང་ཡི་ལྷ་མ་མཆོག་གི་  
དགེ་ལེགས་སྟོལ།། ཅ་ཅིའི་སྤྱོད་བསྐྱངས་ནས་བརྒྱས་བརྗོད་བཅོལ།། ཆ་ལུགས་རང་འགར་མི་  
འབྲུག་འདུལ་བཞིན་སྟོད།། ཇ་སོགས་འདོད་ལ་འདུན་པ་ཡོངས་བཏང་སྟེ།། ཉ་སྟོ་བ་བཞིན་  
བསྐྱབ་པར་ཁྱིན་གྱིས་རྒྱོབས།། ཏ་ཐ་ག་ཏའི་བསྟན་པ་ཕྱོགས་བརྒྱར་འཁེལ།། ཐ་ཤལ་བསྟན་  
པའི་དབྲུ་པོ་རྩལ་དུ་རྒྱོགས།། ད་དུང་འགྲོ་ནམས་བསྟན་ལ་གྲུས་དང་བཅས།། བ་གའི་གཙུག་  
རྒྱན་བཞིན་དུ་བཀྱར་ཁྱིན་རྒྱོབས།། པ་ཏ་ལྟར་འཁྱོག་འཁོར་པའི་གནས་འདི་ནས།། པ་རོལ་  
སོན་གྱི་བར་དུ་ཁྱོད་མིན་གཞན།། པ་ལང་བདག་ལ་རེ་ས་ཡོད་མིན་པས།། མ་ཡིས་བུ་བཞིན་  
ཀྱན་དུ་སྦྱོངས་པར་མཛོད།། ཅ་ཀོ་ར་ལྟར་དབེན་པའི་རི་སུལ་དུ།། ཆ་གང་བྱད་བསད་དཀའ་བ་  
ལྟར་གྲངས་ཏེ།། ཇ་ཡ་སྤས་བཅས་ཀྱན་གྱི་ནམ་པར་ཐར།། ཐ་ལེར་བདག་གིས་རྗེས་སུ་ཟེན་  
པར་མཛོད།། ཏ་སེར་བསྟན་པ་སྤིད་པའི་སྟོན་མེ་མཆོག་། ཐ་བར་བཅོལ་པའི་བསྟན་དབྲུ་ལྟ་མིན་  
དབྱང་།། འ་འུར་སྤྱ་ཆེན་རྟོ་རྗེའི་ཐོག་བཞིན་དུ།། ཡ་ང་བག་ཆ་མེད་པར་རྩལ་དུ་རྒྱོགས།། ར་  
ལྟར་རངས་པའི་རྒྱོ་ནང་ཐུལ་གྱུར་ནས།། ལ་འུར་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཆེན་བསྐྱབ་པའི་སྦྱང།། ལ་  
ཁྲག་འཁོར་དང་འཁྲུམ་མེད་ཆོལ་བ་ཡིས།། ས་ལམ་སྤྱར་དུ་བཟོད་པར་ཁྱིན་གྱིས་རྒྱོབས།། ཏ་  
ཅང་བྲིད་ལ་རེ་ཞིང་སྟོས་པའི་མཐུས།། ཨ་མའི་དུང་ན་བུ་ཡི་འཁང་ཆོག་བཞིན།། ཨུས་སུ་ཐལ་



ན་ཐུགས་རྗེས་གསན་མཛད་ནས། གསོལ་བའི་དོན་ཀུན་བདེ་སྒྲག་འབྲུབ་པར་མཛོད།

ཅེས་རྗེ་བཙུན་མཁྱེན་པའི་གཏེར་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་རབ་བྱེད་དངོས་  
བྲུབ་འགྲུགས་པའི་ཕོ་ཉ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཤིང་སྐྱལ་ཆེ་༥ ཆེས་༥༠ ལ་འབྲུལ་མར་སྟེལ་བའོ།

ན་མོ་གྲུ་བུ། ཀ་ཤིའི་རས་ལྟར་དཀར་བའི་ཐུགས་རྗེའི་སྒོང་། ཁ་ཅམ་མ་ཡིན་གཏིང་  
ནས་འཕྱར་བའི་མཐུས། ག་ན་མགོན་མེད་འགྲོ་བའི་མགོན་མཛད་པའི། ང་ཡི་སྒྲ་མ་འཇམ་  
པའི་དབྱངས་ལ་འདྲད། ཅ་ཅོ་ལོག་པའི་གཏམ་ལ་གཡེང་བའི་མཐུས། ཆ་ཅམ་སྐྱབ་པའི་སྐལ་  
པ་ཆེས་སྤ་ཞིང་། ཇ་སོགས་འདོད་ལ་མངོན་ཞེན་ཆེར་སོང་བས། ཉ་མོ་ཐུགས་ཀྱས་བྱངས་  
བཞིན་ཉམས་གིས་དགོས། ཏ་སྤ་ག་ཏའི་བསྟན་དང་མཇལ་གྱུར་གྱང་། ཐ་ཤལ་འདི་སྒྲ་  
ལས་ལ་ཡེང་ཡེང་ནས། ད་ནི་མི་ཆེ་པལ་ཆེར་ཐལ་ནས་སུ། བ་རྒྱ་འཆི་ལ་གཏུགས་སོ་གྲེ་མ་  
བྱུང་། བ་ཏ་ལྟར་འཁྲིག་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་འདིར། བ་མཐའ་མི་མངོན་དུས་ནས་འབྲུམས་  
གྱུར་གྱང་། བ་ལང་བཞིན་དུ་མི་ཟད་སྔོངས་པའི་རྒྱས། མ་ཐར་ད་དུང་འབྲུམས་དགོས་འདི་  
རེ་འཇིགས། ཅ་ཀོ་ར་ལྟར་གཅིག་བྱར་འདུག་པོད་གྱང་། ཆ་གང་བྱུང་བསད་དཀའ་སྒྱུད་མ་  
པོད་པས། ཇ་ཡ་དགྲེས་པའི་ཉམས་ལེན་ལྟ་ཞོག་གི། ཉ་ལྟར་གསོག་འཛོག་ཚུལ་ལ་རེ་དགར་  
ཐལ། ཏ་གོས་རེག་འཇམ་གང་བཟང་བགོར་ཡོད་ཅིང་། ཐ་མ་བཙུད་ཅན་གང་འདོད་བསྟེན་  
ཡོད་གྱང་། འ་ཁུར་འདུ་འཛིའི་སྒྲོས་པ་མ་ཆོད་པས། ཡ་མཆན་སྟོང་པོ་དུལ་ཅམ་ལོན་མ་  
གྱུར། ར་ལྟར་རེངས་པའི་སྒོ་ངན་མ་ཐུལ་གྱང་། ལ་བ་ཆོན་གྱིས་བསྐྱར་བའི་གོས་གྲོན་ཏེ། ཤ་  
ལྟར་གཅེས་པའི་དད་རྗེས་སྒྲིད་པོད་པ། ས་གསུམ་འགྲོ་ན་ཁྱོད་ལས་ཁྱེལ་པོར་སུ། ཏ་ཅང་  
ངང་ཚུལ་ངན་ལ་བསམ་པའི་ཆོ། ཏ་ལ་དུག་ལྟར་སྟོང་ལ་གཟན་པའི་མཐུས། ཨ་མཆར་གྱ་  
རེ་མ་ལགས་བྱང་པོའི་གཏམ། ཨ་དོན་གཟིགས་པའི་སྒྲ་མའི་སྟན་ལ་དབུལ། ཨུ་ལུག་ལོ་ཆེ་༥  
ཆེས་༥༤ ལ་བྱིས།

ན་མོ་གྲུ་རུ། ཀ་ཡེ་ལེགས་པར་གསན་དང་ཤེས་ལྡན་གཉིས། ། ཁ་བཤད་ལག་  
ལེན་འགལ་བའི་སྒྲིན་པ་ངས། ། ག་ལེར་ཆོག་གི་རྒྱང་སྒྲུ་ལེན་ལགས་ཀྱི། ། ང་རྒྱལ་སྤངས་ཏེ་  
གསན་དང་སྒྲན་པར་མཆིས། ། ཅ་ཅའི་ལོང་གཏམ་མང་དུ་སྤྲོ་བ་ལ། ། ཆ་ཅམ་གོ་དོན་སྤྲིང་པོ་  
མ་མཆིས་པས། ། ཇ་སོགས་བཟའ་བཏུང་ཞོར་ཅམ་མ་གཏོགས་པར། ། ཉ་ལྟར་སྤྲོ་བཅད་དག་  
སྒྲིང་བྱེད་ན་སྤྲུམ། ། ཏ་སྤྲོ་ག་ཏའི་བསྒྲན་དང་མཇལ་དུས་འདིར། ། ཐ་ཤལ་སྒྲོ་གོས་ཅམ་ལ་མ་  
ཆགས་པར། ། ད་ནས་སྤྲིང་ལ་དུས་པ་ལེགས་བཅུག་སྟེ། ། བ་འཆི་གྲུར་ཆེ་འགྱུར་མེད་བྱས་ན་  
ལེགས། ། པ་ར་མི་ཏའི་ཡང་སྤྲིང་ལམ་རིམ་ལ། ། པ་རྩེ་སྤྲོ་མས་རྩེ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་ལྟར། ། པ་སྤྲོ་  
གཡོ་བའི་དད་གྲུས་དག་པོ་ཡིས། ། མ་གཡེང་བསྐྱོམས་ན་མཆོག་ཏུ་སྐལ་བ་བཟང་། ། ཅ་ཏུར་  
འབྱུང་བ་བསྐྱས་ནས་འཆི་བའི་ཆེ། ། ཆ་གང་དཔྱལ་བའི་སྒྲོ་མོ་འགའ་ཀྱི་ཐབས། ། ཇ་ཡ་སྤྲུས་  
བཅས་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་བའི་ངོས། ། ཐ་ལེར་དག་སྤྲིག་སྒྲང་དོར་ནན་པོར་མཛོད། ། བ་འོ་ལོང་  
བས་ལམ་འགྲོ་མི་རྒྱས་ཤིང་། ། བ་གོས་རེག་འཇམ་མཆར་པོས་ལེགས་གཡོགས་ཤིང་། ། བ་མ་  
ལ་སོགས་འདོད་རྒྱ་འཛོམས་གྲུར་གྱང་། ། འ་ཅག་འཆི་དུས་ཏིལ་ཅམ་མི་པན་ན། ། ཡ་མཆོན་སྤྲིང་  
པོ་ཆོས་ལས་མི་འདུག་ཨང་། ། ར་ལྟར་གདེངས་པའི་འཆི་བདག་མ་འོང་གོང་། ། ལ་ཕྱར་འབད་  
དེ་བཅན་ས་མ་ཐེན་ན། ། ཤ་དུས་ཕྱང་པོ་འདི་དང་ཆོས་མ་བསྐྱབ། ། ས་ལ་འགྲེ་ལྟོག་བྱས་སྐད་  
ཅི་ཞིག་པན། ། ཏ་ཅང་སྤོངས་རྒྱད་དུ་འགྲོའི་སྤྲུ་གྲུ་དང་། ། ཨ་བྱའི་མཆོན་ཅན་དེན་ལྡན་སྤྲོ་མ་  
དེའི། ། ཉལ་གདམས་ཆ་ཤས་ཆོག་ཏུ་བསྐྱར་ལགས་ཀྱི། ། ཏང་ལྷོང་མཁའ་དབྱིངས་ལྷིང་བའི་  
ལམ་བཞེན་ནོ། ། ཏ་ཅང་འཛིགས་དུང་འཁོར་བའི་འགྲོག་དགོན་འདིར། ཏ་ཅང་ཡུན་རིང་ཐོག་  
མ་མེད་དུས་ནས། ། ཨ་མཐས་གཟུང་འཛིན་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་འདིར། ། ཨ་བཅས་གཟུང་  
འཛིན་དབང་གི་ད་བར་འབྲུམས། ། ད་དུང་དུ་ཡང་སྤྲོ་ལས་རིང་བ་ཞིག ། འབྲུམས་དགོས་བྱུང་  
བ་སྤྲིང་ནི་བཟོད་ལགས་གང་། ། དེ་ལྟར་ས་ན་བདག་གཞན་འགྲོ་བ་ཀུན། ། ཀུན་སྤོངས་འཁོར་

བའི་སྐྱོང་ནས་ཐར་བའི་སྐྱད།། སྐྱེ་ཆད་ལུས་དག་ཡིད་ཀྱི་ཚུམ་པ་ཀྱུན།། ཀྱུན་བཟང་གཤོད་  
མའི་ས་ལ་བསྐྱོ་བར་མཛོད།། དེ་ལྟར་སྦྱིང་ཁོང་རུས་བའི་གཉིང་ནས་ཀྱང་།། བདག་གཞན་སྲིད་  
བའི་མཆོ་ལས་གྲོལ་བའི་བྱིར།། འཁོར་བ་ཅད་ནས་སྤངས་པར་བྱ་བའི་བྱིར།། བྱང་ཆུབ་ལམ་  
ཀྱི་རིམ་བའི་(མ་དཔེ་ལ་ཆད་)

ཀ་དག་ལྟན་གྱིས་བྱུབ་པ་གཤོད་མའི་དབྱིངས།། ཁ་དོག་ལྟ་བུས་མི་ངོམ་ལོངས་  
སྦྱོད་རྫོགས།། གང་ལ་དེ་འཆམ་ནམ་རོལ་སྤྲུལ་བའི་སྒྱུ།། ང་ཡི་སྒྲ་མ་རིན་ཆེན་གསུམ་གྱིས་  
སྦྱོངས།། ཅ་ཅའི་སྦྱེ་སྒྲགས་ལྟར་ལྟར་འདོན་བཞིན་དུ།། ཆ་ལུགས་བྱས་བཅུགས་ཐལ་མོ་སྦྱར་  
བྱས་ནས།། ར་སོགས་ཅི་འབྱོར་དངོས་པོས་མཆོད་དང་ལྟན།། ཉ་ཉོག་འཛུམས་པ་བྲིད་ལ་  
མཆིད་འདི་གསོལ།། ཏ་སྒྲ་ག་ཏ་དེ་སྦྱོད་གཤེགས་ལགས་ཀྱང་།། ཐ་ཤལ་བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་  
པ་ཡིས།། ད་དུང་གསོ་བའི་སྦྱོད་ལུལ་མ་གྱུར་བས།། བ་ཆས་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཆུ་མཆོད་སྦྱོང་འདིར་  
ལུས།། པ་ར་མི་ཏས་སྲིད་བའི་འབྲོག་དགོན་ནས།། པ་མཐར་སོན་བའི་དབའ་པོ་བྲིད་ལགས་  
ན།། བ་ལང་བྱ་མཆོག་འདམ་ནས་འདོན་པ་བཞིན།། མ་ལུས་སེམས་ཅན་སྲིད་ལས་སྦྱར་  
སྤངས་ཤིག །ཙ་ཀོ་ར་ལྟར་བས་མཐའི་ནགས་ཁོད་དུ།། མ་གང་དཀའ་ངལ་བྱད་དུ་སད་བྱས་  
ནས།། ར་ཡའི་བཀའ་བཞིན་ཅེ་གཅིག་སྦྱབ་ལ་གཞོལ།། ལ་ལེར་མཆོག་འདི་མགོན་པོ་བྲིད་ལ་  
སྦྱོང་།། ལྷ་གོས་རྒྱབ་དྲོས་ཅུམ་ལ་ཉེར་བསྟེན་ཅིང་།། ཟ་མ་བསོད་སྟོམས་ཅུམ་གྱིས་འཆོ་བའི་  
ངོས།། འ་ཁུར་ཆོས་བརྒྱད་ཡོ་ལང་རྒྱང་བསྐངས་ཏེ།། ཡ་མཆོན་ཆོས་ཀྱིས་ཉིན་མཆོན་འདའ་  
བྱིན་རྫོབས།། ར་ལྟར་རེངས་བའི་རྫོང་ན་ངང་གིས་བྱུལ།། ལ་བ་བ་བཞིན་ཉམས་རྟོགས་སྦྱོང་  
ནས་རྟོལ།། ལྷ་རིའི་བྱ་ལྟར་རྒྱལ་བསྟན་སྦྱེལ་ལ་བཞུགས།། ས་གསུམ་འབྲོ་བའི་འབྲེན་བས་  
བདག་བྱིན་རྫོབས།། ཏ་ཅང་གདུང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་འདེབས་ན།། ཨ་དོན་གཟིགས་བའི་  
མགོན་པོ་བྲིད་ཀྱིས་བདག །གསང་གསུམ་བྱིན་རྫོབས་བདུད་ཅིས་སྦྱར་བསྐྱབས་ནས།། པ་

ཤུལ་བྱ་ཡིས་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

ཞེས་པ་འདི་ཡང་ལྷགས་སྤེལ་རྒྱ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ལ་ཐོལ་བྱུང་བྱ་སྤྲུལ་པའོ།།

ཀ་ཡེ་གསན་དང་གཞོན་ནུ་ཆོ།། ཁ་དག་འཇམ་པོར་ཆོག་གསུམ་ཞུ།། ག་ནས་  
བསམས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་འདི།། ང་རང་ཆོ་ལ་གཅེས་པར་མཐོང་།། ཅ་ལག་མཆར་པོ་བརྒྱ་ལས་  
ཀྱང་།། ཆ་ཤས་ཡོན་ཏན་སྤྲུལ་གཅིག་དགའ།། ཇ་རོ་མང་དུ་ཟ་བ་ལས།། ཉ་ཤ་ཁམ་གཅིག་ཞེས་  
མིན་ནས།། ཉ་ལའི་ལོ་འདབ་འབྱུར་ན་ཡང་།། ཐ་མར་བསྐྱམས་ནས་ས་ལ་བྱལ།། ད་ལྟ་ལང་ཆོ་  
མཛེས་གྱུར་ཀྱང་།། བ་ཆོད་མི་བརྟན་ཉམས་ནས་འགྲོ།། བ་ཏའི་རི་མོ་ལས་ཀྱང་མཛེས།། པ་མ་  
ལས་ཀྱང་བྱིན་དུ་ཆེ།། པ་མོ་ལས་ཀྱང་དཀར་བ་འདི།། མ་སྤྲད་ཡོན་ཏན་ཉག་གཅིག་ལགས།། ཅ་  
ན་ཀ་སོགས་འབྲུ་རིགས་དང་།། ཆ་ལ་སོགས་པའི་བཟའ་བཅའ་ནམས།། ཇ་བྲག་ཆེ་ཆུང་གྱུན་  
ལ་མཁོ།། ཏ་ལེར་ཤེས་ཡོན་དེ་བས་མཁོ།། ཉ་མོ་མགོ་ལ་གོན་ན་མཛེས།། ཐ་མ་ཁ་ལ་བཟས་  
ན་ཞེས།། འ་ཅག་ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་ན་དགའ།། ཡ་མ་བརྒྱ་ཡི་བྱ་བས་ཅི།། ར་རྒན་མཛེས་ཀྱང་  
རྒྱན་མི་རུང་།། ལ་ཅེ་མཐོ་ཡང་ད་མ་བསྟེགས།། ཤ་ཆའི་ཡོན་ཏན་མ་ལགས་པ།། ས་འདིར་སྟོང་  
པོ་གཅིག་ཀྱང་མེད།། ཉ་ཅང་གཅེས་པའི་ཡོན་ཏན་འདི།། ཞ་མ་ལས་ཀྱང་བྱིན་ཆེ་བས།། གཞོན་  
ནུའི་དུས་སུ་སྟོབ་སྟོང་ལ།། བན་ཏན་མཛོད་ཅིག་སྟོང་གཏམ་ཡིན།།

༥ སྟོན་པའི་ཆོ་འབྲུལ་མཛད་པ་ལ་བསྟོད་པ། བ་མོ་གྲུ་བྱ། ཆེས་གཅིག་རྒྱལ་པོ་གསལ་  
རྒྱལ་གྱིས་མཆོད་ཆོ།། ཆེམས་ཤིང་ས་ལ་བརྩལ་པའི་མོད་ཉིད་ལ།། དཔག་ཆད་ལྷ་བརྒྱར་  
སྤྲེལ་པས་ལྟ་མི་ནམས།། མཆོག་ཏུ་དད་པར་མཛད་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ།། ཆེས་གཉིས་ལྷ་ཏུ་ཡ་  
ནས་མཆོད་པའི་ཆོ།། སྤྱི་ཡི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་རིན་ཆེན་རིར།། མི་དང་དུད་འགྲོ་འབྲས་  
དང་རྩ་ལྗང་ལ།། ཅི་བདེར་རོལ་བར་སྤྲུལ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ།། ཆེས་གསུམ་ཤུན་ཆེ་ད་ལས་  
མཆོད་པའི་ཆོ།། ཞལ་གསེལ་རྩ་རྒྱམས་ས་ལ་འདོར་བ་ལས།། རིན་ཆེན་རྩིང་བྱ་དཔག་ཆད་

ཉིས་བརྒྱ་པ། བད་མས་བརྒྱན་བར་སྤྲུལ་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་བཞིར་ཨིན་བྱ་མ་མིས་  
 མཆོད་པའི་ཆོ། རྗེ་དེའི་ངོས་བཞིར་ཡུར་བ་བརྒྱད་བརྒྱད་ནས། འཁོར་ཞིང་སྤར་ཡང་རྗེར་བྱ་  
 དེ་ཉིད་དུ། འབབ་པའི་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་ལྷར་རྒྱལ་པོ་ཆངས་བྱིན་གྱིས་  
 མཆོད་ཆོ། ཞལ་གྱི་སྟོན་ནས་གསེར་གྱི་མདོག་འབྲུ་བའི། འོད་ཟེར་སྟོས་ནས་གང་ལ་རེག་པ་  
 ཀྱན། དུག་གསུམ་ཞི་བར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་དུག་ལི་ཙ་བྱི་རྣམས་གྱིས་མཆོད་  
 ཆོ། འཁོར་རྣམས་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་ཤེས་པ་དང་། སོ་སོའི་དཀར་ནག་ལས་ཚུལ་  
 གང་ཡིན་ཀྱན། རི་བཞིན་རྟོགས་པར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་བདུན་ཤུ་གཉི་རིགས་  
 རྣམས་གྱིས་མཆོད་ཆོ། འཁོར་རྣམས་སོ་སོ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ། རིན་ཆེན་བདུན་  
 དང་འབྲས་བུ་སྟོར་ལྷན་དུ། སྤྲུལ་ཏེ་མགུ་བར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་བརྒྱད་ལྷ་དབང་  
 བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་མཆོད་ཆོ། ཁྲི་ཡི་འོག་ནས་སྤིན་པོ་ལྷ་སོང་སྟེ། ལྷ་སྟེགས་སྟོན་པ་དུག་གི་ཁྲི་  
 གཤིག་པས། སྤྲུག་ནས་འབྲེར་བར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་དགྲར་ཆངས་པའི་རྒྱལ་  
 པོས་མཆོད་པའི་ཆོ། གང་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བ་ཆངས་གནས་ལ། འཕུག་ཅིང་འོད་གྱི་ཕུང་པོ་  
 ལྷམ་མེ་བས། གནམ་ས་འགོངས་པར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཆོས་བརྒྱར་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་  
 ཡིས་མཆོད་པའི་ཆོ། དེ་ཡི་རིས་ནས་སྤིན་པའི་ཅེ་མོའི་བར། སྤྱི་ཡི་གང་བར་མཛད་ཅིང་ཆོས་  
 བསྟན་པས། ཐམས་ཅད་ཆོས་པར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། བརྒྱ་གཅིག་མགོན་མེད་ཟས་  
 སྤྱིན་གྱིས་མཆོད་ཆོ། སེང་གའི་ཁྲི་ལ་མདོན་པར་བཞུགས་བཞིན་དུ། སྤྱི་མི་སྤང་བར་འོད་  
 གྱི་ཆོས་བསྟན་ཏེ། ཀྱན་གྱི་རྟོགས་པར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། བརྒྱ་གཉིས་ཁྲིམ་བདག་  
 ཅོན་ཏུས་མཆོད་པའི་ཆོ། བྱམས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་ཞུགས་ནས། འགྲོ་རྣམས་མན་  
 ཚུན་པ་མ་རི་ལྷ་བར། བྱམས་ཤིང་བཅེ་བར་མཛད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། བརྒྱ་གསུམ་རྒྱལ་པོ་  
 རུན་ཅི་དས་མཆོད་ཆོ། ལྷེ་བའི་འཐད་ནས་འོད་ཟེར་གཉིས་ཕུང་སྟེ། འོད་ཟེར་རེ་རེར་སྤྲུལ་

པའི་སངས་རྒྱས་རེ། ཚུལ་དེས་སྟོང་ཆེན་བྱལ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། བཅུ་བཞིར་མུ་ཏུ་ཡ་ནས་  
མཆོད་པའི་ཆོ། གང་དེས་གཏོར་བའི་མེ་ཏོག་དེ་མ་ཐག །རིན་ཆེན་གིང་ཏྲ་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་  
ཡིས། སྟོང་ཆེན་སྤང་བར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། བཙུ་ལྔ་གཟུགས་ཅན་སྟོང་པོས་མཆོད་  
པའི་ཆོ། དཔུལ་བའི་གནས་རྣམས་ཀྱན་གྱིས་མཛོང་བ་དང་། ལས་ཚུལ་གང་གི་གནས་དེར་  
སྐྱེས་པ་ཡང་། རི་བཞིན་ཏོགས་པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། དེ་ལྟར་ངོ་མཆར་ལས་ཀྱང་  
ཆེས་ངོ་མཆར་། མད་བྱང་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་མད་བྱང་བའི། ཆོ་འབྲུལ་མཛད་པ་ལྔས་ལྟག་  
བཅུ་ཕྱག་གཅིག །སྟོན་མཛད་སྟོན་པ་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

༄ འཇམ་དབྱངས་གསོལ་འདེབས་བཞུགས་སོ། དག་པ་ཡེ་ཤེས་རང་སྤང་  
ལས། ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ། མཛེས་སྤྱད་ངོ་མཆར་བསམ་ལས་འདས། དཔེ་མེད་  
ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། གདོད་ནས་ཡོངས་དག་མི་འགྱུར་དང་། རང་ཁམས་ལས་ནི་མ་གཏོས་  
བཞིན། ཏུག་ཅུའི་དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ། འགོག་མེད་གོལ་བའི་གསུང་ལ་འདུད། མ་  
ལུས་རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་ཉིད། ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་ཁྱོད་ཡིན་ཕྱིར། ཁྱོད་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱན་  
གྱི་དངོས། དེ་བས་ཁྱོད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། རྒྱལ་བ་སྐྱེད་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་ཡབ། རྒྱལ་བ་སྟན་  
སྟེལ་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་སྲས། རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་བདག །རྒྱལ་བ་ཀྱན་དངོས་ཁྱོད་  
ཕྱག་འཆའ་། སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏོང་ནས་ཀྱང་། ཁྱོད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ན། ཏུས་  
འདི་ནས་བཟུང་བྱང་ཚུབ་བར། ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱས་གཟུང་དུ་གསོལ། རི་ལྟ་བ་དང་རི་  
སྟེད་པའི། ཆོས་ལ་ཆགས་ཐོགས་མི་མངའ་བ། ཕུལ་བྱང་ཤེས་རབ་ཁྱོད་ལྟ་བུར། བདག་  
ཀྱང་སྐྱར་དུ་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། བཤེས་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཉིད་དུ། མཛོང་བ་ནས་བཟུང་  
བྱང་ཚུབ་བར། ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཀྱན། འབད་མེད་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། བདག་  
ནི་ཤིའམ་གསོན་གྱུར་ཏམ། ལེགས་སམ་ཡང་ན་ཉེས་ཀྱང་རུང་། ཁྱོད་ལས་རེ་ས་མ་མཆིས་



གྲི། མཁུན་པར་མཛོད་ཅིག་རིན་ཅན་ཡིག། དགོ་བ་འདི་ཡིས་མ་ཤོག། །

༄ ཆེ་རབས་རྗེས་འཛིན་སྤྲུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱི་ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ། རྣམ་དག་ངེས་  
འབྱུང་བསམ་པས་རྒྱུར་བྲས་ནས། མཁན་སློབ་སྤྲུན་སྤར་རི་ལྷར་ཁས་སྦངས་བཞིན། ཉེས་ལྷུང་  
སྤ་མོ་ཡིས་ཀྱང་མ་གོས་པའི། བརྟན་མཁས་དགོ་བའི་བཤེས་ཀྱིས་རྗེས་བཟུང་ཤོག། མར་ཀྱུར་  
འགོ་ལ་བཅེ་བའི་གཞན་དབང་གིས། སྤ་མེད་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ནས། རྒྱལ་  
སྤས་སྤྱོད་པ་རྒྱ་མཆོར་ལེགས་བསྐྱབ་པའི། ཐེག་མཆོག་དགོ་བའི་བཤེས་ཀྱིས་རྗེས་བཟུང་  
ཤོག། དབང་གིས་རྒྱུད་སྤོན་དམ་སྤོམ་མིག་འབྲས་ལྷར། བསྐྱུང་ཞིང་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་  
མཐར་སོན་པའི། མཆོན་ཉིད་ལྷན་པའི་རྩོ་རྗེ་སྤོབ་དཔོན་གྱིས། ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་འབྲལ་མེད་  
རྗེས་བཟུང་ཤོག། ཅེས་བ་འདི་ཡང་ཨ་མདོ་འགོ་ལོག་བྲ་བལ་བ་སྤྲུལ་སྤྱོད་དག་དབང་འགོ་པན་  
རྒྱ་མཆོ་ལགས་དང་སྤྱོད་ཞབས་བརྒྱ་དཔོན་སྤྱོད་འཕྲེང་བརྒྱུད་པ་སྤོ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཆོ་  
ལགས་གཉིས་ནས་བསྤྲུལ་བའི་དོར་ལམ་མིང་དག་དབང་ཕུན་ཆོགས་ནས་སྤྱར་བ་དགོ་ལེགས་  
འཕེལ། དགོའོ།

༄ དབྱངས་ཅན་མའི་བསྐྱོད་པ་བཞུགས་སོ། སྤོབ་བལ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནི་མེ་ལོང་  
དོས། ཤེས་བྲར་སྤིད་དོ་ཅོག་གི་གཟུགས་བརྟན་འབྱུང་། མ་འདྲེས་གསལ་བར་བཀྲ་བའི་རྒྱལ་  
ཀྱན་ཡིག། འཇམ་མགོན་གཞོན་ནུས་བདག་ལ་ཤེས་པ་སྤྱོདས། མཛོང་ངམ་ཐོས་སམ་ཡིད་ལ་  
བར་པས་ཀྱང་། དག་ལ་མི་བད་འདོད་པ་འཛོ་བའི་གཉེན། དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོས་དགུས་པའི་  
གར་དང་བཅས། ལོངས་སྤྱོད་འཁོར་ལོའི་ལྷ་བར་ད་ཚུར་སྤྱོན། དང་བའི་ཡིད་མཁར་ལན་  
གཅིག་ཤར་བས་ཀྱང་། མི་ཤེས་སྤྲུན་སྤྲུག་མཐའ་དག་བསལ་བ་དང་། ཤེས་རབ་སྤྲུང་བ་ཅི་  
དགར་རྒྱས་མཛད་པའི། དག་དབང་དབྱངས་ཅན་ཉི་མེ་བྱང་དེ་མད། གར་ཡང་ཕོར་བུའི་ནང་  
དུ་མགྲོགས་འགྲོའི་རྩལ། འགན་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་མཁས་པའི་སར། འཁྲེལ་བགད་ཆོར་བའི་

རྒྱ་ལས་གཞན་མེད་ན། བ་སྟོད་ཙམ་གྱིས་རྫོམ་སེམས་མ་བྱེད་ཅིག །རྒྱ་ཆེན་གཞུང་གི་དགོངས་  
པ་ལས་བྲངས་ཏེ། ལུང་རིགས་རྒྱབས་མེད་འབྱུང་བའི་གརྒྱ་མ། དལ་གྱིས་བབས་པའི་རོ་  
མཆར་འདི་སྟོས་ལ། ལུ་སྟོན་ཆོགས་ནམས་རེ་ཞིག་དལ་གསོས་ཤིག །འཆོ་བྱེད་མཁས་པས་  
ཟས་སུ་སྟོ་བཏགས་ནས། སྟོན་གྱིས་ཟུག་རྩ་དབྱུང་བར་བྱེད་པ་ལྟར། འདིག་ཉེན་ལུགས་ཀྱི་  
གཏམ་ལ་ཉེར་བཞེན་ནས། ཆོས་སུ་བགྱི་བ་དམ་པའི་ཚུལ་ལ་བརྟུབ།

༥ སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་བསྟོད་པ་ཆོགས་བཅད་མ། བ་མོ་གྲུ་བྱ། སྟོང་རྗེ་ཅ་བའི་རྒྱར་  
བཞེན་ནས། ཆོགས་གཉིས་སྟོང་བྱ་རབ་ཏུ་རྒྱས། གང་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་ཙམ་ནས། མ་རུང་  
སེམས་རྒྱད་ཟིལ་བྱ་བརྒྱག །གཞན་པན་ལྟག་བསམ་བཟང་པོས་བྱུག །སྟོང་རྗེ་ཆེ་ལ་བདག་དད་  
དོ། རྒྱལ་བའི་མོ་ཉླ་སེམས་ཅན་གྱི། གསོས་སུ་འགྱུར་ལ་ས་བོན་དང་། ལུ་བྱུང་སོགས་  
དང་ཆོས་མཚུངས་པའི། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོར་བྱག་བཞུའོ། ས་ལམ་བཟོད་ལ་ཁ་ལོ་བ། ཞེ་སྒང་  
སྒྲུལ་ལ་ནམ་མཁའ་ལྗིང་། འགོ་བ་སྦྱོབ་ལ་དཔའ་བོའི་མཆོག །སྟོང་རྗེའི་ངང་ཚུལ་བསམས་  
ཤིང་དད། ཁབ་ལེན་རྟོ་ཡིས་སྒྲུགས་བཞིན་བྱ། བྱ་དཀའི་སྟོད་ལ་རྒྱལ་སྤྲས་ནམས། ངང་  
གིས་འབྲེན་པའི་དབང་མོ་ཆེ། སྟོང་རྗེ་ཆེ་ལས་གཞན་ན་གང་། གཞན་དག་རང་བདེ་ཁོ་ན་  
བསྒྲུབ། སེམས་དཔའ་གཞན་བདེ་འབའ་ཞིག་སེམས། བྱུང་བར་གང་དེ་སྟོང་རྗེ་དང་། ལྟན་  
དང་མི་ལྟན་འབྱུལ་ལས་སོ། སྟོན་པའི་སྟོན་ནམས་རི་སྟེད་བ། ཟམས་ཅད་ནད་པའི་དོན་བྱ་  
སྟེ། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཆོས་ནམས་ཀྱན། ལུགས་རྗེས་གཞན་ལ་སྟོན་ཕྱིར་བསྐུལ། བཅེ་  
ལྟན་སྟོན་པའི་སྟོན་ནམས་ཀྱན། ནད་པ་གསོ་བའི་ཆེད་བྱ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་བསམ་  
ཡས་ཀྱན། འགོ་བ་སྦྱོབ་པའི་ཆེད་བྱའོ། ཅི་སྟེ་ནད་ལ་མི་པན་ན། སྟོན་དེས་སུ་ལ་ཅི་ཞིག་  
བྱ། འགོ་བའི་དོན་བྱ་མི་འགྱུར་ན། གང་ཡང་སྟོང་པོ་མེད་པར་དགོངས། གཞན་གྱི་དོན་བྱ་  
འགྱུར་ན་གོ། མནར་མེད་པར་ཡང་འཇུག་བཟོད་ཅིང་། རང་གི་དོན་བྱ་ཞི་བདེ་ཡང་། མི་གཙང་

བཞིན་དུ་འདོར་འདི་སྤང།། བདག་དང་བདག་འདྲའི་སྐྱེ་བོ་ནམས།། ལེགས་སོ་བྱ་བའི་ཆེག་ཙམ་  
ཡང་།། རང་གིར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་།། ལྷན་དུ་རུས་པའི་གཉིང་ལ་གཅགས།། ཁྱོད་ནི་བདེ་བ་  
ཀྱན་གྱི་ཕུལ།། ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་།། རང་ལས་ཕྱལ་ནས་གཞན་རྒྱུད་ལ།། སློ་ཐབས་  
བྱུང་ན་སློ་བར་དགོངས།། བདག་འདྲས་མི་ལམ་ཚུལ་དུ་ཡང་།། རང་ཉིད་མཆོག་ཏུ་གཅེས་པར་  
འཛིན།། དེ་ལྟར་ཁྱོད་ནི་མནལ་ལམ་དུ་འང་།། གཞན་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་མིན་ནམ།། བདག་  
འདྲའི་སྐྱེ་བོ་པལ་བ་ནམས།། གཞན་བདེ་རྩ་ལྟར་ཡལ་བར་འདོར།། ཁྱོད་ནི་རང་བདེ་ཡལ་  
བོར་བ།། འདི་ཀོ་ཅི་ཡི་ཚུལ་ལུགས་ལ།། བདག་ཅག་གཞན་དོན་ཡལ་བོར་ནས།། རང་དོན་  
འབའ་ཞིག་སྙིང་ལ་བཞགས།། ཁྱོད་ནི་དེ་ལ་གོ་ལྟོག་སྟེ།། གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་སྙིང་ལ་  
དགོངས།། བདག་གི་རང་བདེ་སྤོང་མེད་ཆེད།། གཞན་གྱི་སློག་ཀྱང་འསློག་ལ་ཞུགས།། ཁྱོད་ནི་  
གཞན་སྙུག་གཞོན་པའི་ཕྱིར།། ཁྱོད་ནི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ།། རང་གི་སློག་ཀྱང་གཉོང་བར་  
མཛད།། དེ་ལས་ལྟོག་འདི་ཅི་ཡི་ཚུལ།། བདག་ནི་གཞན་དོན་བསྐྱབས་སོ་ལོ།། བྱི་ལའི་ཐོལ་གྱིས་  
གཞན་མགོ་བསྐློར།། ཁྱོད་ནི་རང་དོན་ཡིན་ཐོལ་གྱི།། གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབས་སོ་ལོ།།

རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་འབྲེལ་བ་མཐར་འཛིན་ཐུན་སེལ་ཞེས་

བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྱུ་རུ། མཁྱེན་པས་ཤེས་བྱའི་མཐའ་ལ་འབྱུང།། བཅེ་བས་འགོ་འདི་དམ་པོར་  
བཅིངས།། རུས་པས་བདུད་ཀྱི་དཔུང་འཛོམས་པ།། ལྷ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོར་འདུད།།

རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་ལ་རྒྱལ་བ་དང་།། མཚུངས་པའི་ལུང་བསྐྱེད་བརྟེན་པ་ལྟར།། རྒྱལ་  
བའི་རིང་ལུགས་སྟེལ་བ་ལ།། ལྷ་བལ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པར་འདུད།།

སྟོན་ལ་རྟེན་འབྲུང་གསུངས་པའི་སྟོས།། བསྟོད་པའི་ཕྱལ་བྱང་ལེགས་བཤད་  
འདིའི།། དགོངས་འབྲེལ་གནད་ལ་རེག་པ་ཞིག །མདོར་བསྟུས་ཚུལ་དུ་བྲི་བར་བྲ།

དེ་ལ་འདིར་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་གཞུང་གི་དོན་རགས་རིམ་ཙམ་འཆད་པ་ལ་གསུམ་  
སྟེ། རྒྱུད་ཀྱི་དོན། གཞུང་གི་དོན། མཐུག་གི་དོན་ནོ།། དང་པོ་ལ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དུ་སྒྲ་མ་  
སྟར་བྲག་འཆལ་བ་ནི། ར་མོ་སོགས་སོ།། དེ་ཡང་ར་མོ་ཕྲག །གུ་རུ་སྒྲ་མ། མཚུ་མོ་ཤ་འཇམ་  
དབྱངས། ཡུ་ཆེད་དམ་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སྒྲ་མ་འཇམ་དཔལ་ལ་ཕྲག་འཆལ་ལོ།། ཞེས་པའོ།།

རྟེན་འབྲེལ་གསུང་བ་པོའི་སྟོན་པ་ལ་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ནི། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྲུང་བའི་ཆོས་གང་ཞིག་མདོན་སུམ་དུ་གཟེགས་ཤིང་། རང་དབང་དུ་གསུང་བ་གཅིག་ཕུ་  
ཡིས་མཁྱེན་པ་དྲང་སྟོན་པ་སྒྲ་ལྟ་མེད་པར་བསྟགས་འོས་པས། རྒྱལ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྲུང་བ་མདོན་སུམ་དུ་གཟེགས་ཤིང་། རང་དབང་དུ་འདོམས་པ་དེ་ལ་རྒྱ་མཆོན་དེའི་སྟོན་ས་  
འདུད། ཅེས་པ་སྟེ། འདི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་གཞག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།། དེ་ལྟར་ན་རྩ་བའི་དཔེ་  
ལ་ལར། གསུང་བ་ཡི། ཞེས་འབྲེལ་སྒྲ་བྱང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་མ་དག་གོ། །འོན་ཏེ་རིག་བྱེད་ལ་ལས་དེ་  
དག་པར་བརྒྱུད་ནས་འོར་བའི་བཤད་པ་སྦྱར་སྦྱང་ངོ་།།

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ནི། རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་ཙམ་བསྟུས་ནས་འཆད་པར་བྲ་སྟེ། དེ་  
ཡང་དང་པོ་རྟེན་འབྲུང་གསུང་བའི་སྟོན་ས་བསྟོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་བསྟན་པ་ནི། གང་ཡང་སྟེ་ག་  
ན་འཆི་སོགས་འདིག་རྟེན་གྱི་རྒྱུ་པ་རི་སྟེད་མཆིས་པ་དེ་ཡི་རྩ་བ་ནི་བདག་འདོན་མ་རིག་པ་  
གཅིག་ཕུ་སྟེ། དེས་ཆགས་སྤང་འདེན་ཅིང་། ཆགས་སྤང་གིས་ལས་བསགས་ནས་ཉེས་པ་དེ་  
རྣམས་འབྲུང་གི་རྒྱ་མེད་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱས་བྱས་པ་མིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ལ་དགོངས་ནས་  
ཡུལ་གང་ཞིག་མཐོང་བས་མ་རིག་དེ་སྟོག་པའི་ཡུལ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཉིད་ཡིན་  
པར་སྟོན་པས་ལན་དུ་མར་གསུངས་སོ།། དེའི་ཆེ་སྟེ་དེའི་ཕྱིར་སྟོན་དྲང་ལྟར་པའི་མཁས་པ་ཡིས་

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལ་མ་ཉིད་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་བའི་གནད་ཀྱི་དོན་སོ་ཉིད་དུ་རི་ལྟར་  
 བཞིང་དུ་ཆུད་པར་མི་འགྱུར། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་ལགས་ན་མགོན་སོ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད་བའི་སྟོར་ནི་  
 སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གསུང་བ་ལས་ལྷག་པའི་བསྟོད་ཆོས་ངོ་མཆོར་དུ་གྱུར་  
 བ་ཅི་ཞིག་ཉིད་དེ། གང་དང་གང་ཞིག་རྒྱུ་ལ་རྟག་ལས་བ་དེ་དང་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་  
 ཞེས་གསུང་བ་འདི་ལས་ཡ་མཚན་པའི་ལེགས་འདོམས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་ཅི་ཡང་མེད་  
 པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། གལ་ཏེ་མ་རིག་ལྡོག་པ་ལ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་མཐོང་དགོས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་  
 མཐོང་བས་མི་ཆོག་པས། གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལྡོག་པ།། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་  
 གསུངས།། ཞེས་འོང་རིགས་སོ་སྟུང་ན། བདེན་མོད། འོན་ཏེ་འདིའི་གཞུང་གི་སྐབས་མང་པོར་  
 སྟོང་པ་ཞེས་འོང་རྒྱའི་དོན་དུ་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་ཆེད་ཀྱིས་གསུང་བར་མཛད་པ་ནི། གཅིག་ཏུ་ན་  
 རང་བཞིན་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་གཟིགས་པའི་རང་ཉམས་དང་། གཉིས་སུ་ན་ཕྱི་རབས་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་འདོམས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་  
 དུ་ཡིན་པས། གོ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞེས་དམ་པ་རྣམས་ཞལ་མཐུན་པར་གསུང་ངོ་།། འོན་ཏེ་ལྷག་  
 མཆོག་པས་འདི་འགོག་ལོ་བྱས་པར་འདུག་སྟེ། རང་གི་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ལས་གཞན་མི་སྣང་ངོ་།།

གཉིས་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་རྒྱ་མཚན་གཅིག་ཉིད་གང་ཟག་སོ་སོའི་དབང་གིས་འཆིང་  
 གོལ་གཉིས་ཀའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་ནི། རྒྱ་མཚན་གྱང་དུ་བརྒྱུང་བས་གྱིས་པ་སྐྱབ་སོ་རྣམས་ལ་  
 མཐར་འཛིན་གྱི་འཆིང་བ་བརྟན་པར་བྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་མཁུལ་པ་དབྱེ་  
 མ་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐར་ལྟ་བུའི་རྣམ་རྟོག་གི་སྒྲིས་པའི་བྱ་བ་མ་ལུས་པ་གཙོད་པའི་  
 སྟོང་གྱུར་པ་འདི་ནི་ངོ་མཆོར་པའི་གནས་ཏེ། ལྷག་མཐོང་ཆེ་བ་ལས། སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་  
 ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེ་བར་བརྒྱུང་བ་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡོད་པར་འཛིན་པས་འཆིང་བར་འགྱུར་ལ། མཁུལ་པ་དག་ལ་ནི་རྒྱ་མཚན་དེ་

ལ་བཞེན་ནས་རང་བཞིན་ཡོད་པ་འགོག་ཅིང་། རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་ངེས་ཤེས་དངས་ཏེ་མཐར་  
འཇིག་གི་བའི་འཆིང་བ་གཙོད་པས་ན། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་པ་འགྲུབ་  
པ་འདི་ནི་མད་དུ་བྱུང་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་འོ། ། ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་བསྟན་པ་རྣམ་དག་གཞན་དུ་མ་དམིགས་པས་སྟོན་པ་རྣམ་དག་ཁྱོད་དུ་ངེས་  
སོ། ། ཞེས་བསྟོད་པ་ནི། རྟེན་འབྱུང་གི་བསྟན་པ་འདི་ནི་གཞན་ཏེ་ཆོས་འདི་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་  
པའི་སྤྲ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་གང་དུ་འང་མ་མཐོང་བས། ཡང་དག་པའི་སྟོན་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་ཁྱོད་གཅིག་ལུ་ཉིད་དུ་ཟད་ལ། དེ་ལྟ་ནའང་མ་སྦྱེས་ལ་ནི་སེང་གེ་བཅོམ་བ་བཞིན་དུ་སྤྲ་  
སྟེགས་ཅན་གྱི་རྗེ་གས་བྱེད་སོགས་ལ་འང་སྟོན་པ་ཞེས་སྤྲ་འབོད་པ་སྐད་བྲས་པ་ནི་གཅུམ་བུའི་  
ཆོག་འབའཞིག་སྟེ། དེ་དག་ལ་སྟོན་པའི་འོས་ཆོས་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ལྷ་མཆོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
ཕྱིར་ཨེ་མ་རྟེན་སྟོན་པ་དང་། ཨེ་མ་རྟེན་སྐབས་དང་། ཨེ་མ་རྟེན་སྤྲ་མཆོག་དང་། ཨེ་མ་རྟེན་  
མགོན་ཏེ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་ཡང་དག་པ་དེ་ལ་  
ཅོམ་པ་པོ་བདག་ཕྱག་འཆུང་ལོ། ། ཞེས་ཏེ། སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་སྤྲུགས་ཤིན་ཏུ་འཕྲོགས་  
པའི་ཉམས་སོ། ། ཨེ་མ་རྟེན་པོ་མཆོང་བའི་ཆོག་ཡིན་ལ། སྟོན་པ་སོགས་བཞི་ནི། རིམ་བཞིན་  
ཐར་ལམ་སྟོན་པས་དང་། འཛིགས་པ་ལས་སྦྱོབ་པས་དང་། རྟེན་འབྱུང་སྤྲ་བས་དང་། འོགས་  
བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་དོ། །

བཞི་པ་སྟོང་རྟེན་འབྱུང་འགལ་འདུར་མཐོང་བའི་སྟོན་བརྗོད་པ་ནི། མཐའ་གཅིག་ཏུ་  
གཞན་ལ་པན་པར་མཛད་པའི་སྟོན་པ་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་འགྲོ་བ་ཡོངས་  
ལ་སྟོན་པའི་སྤྲ་དུ་བཀའ་སྤྲུལ་པའི་བསྟན་པའི་ནང་ནས་སྟོང་པོ་འཕམ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་སྟོང་  
པ་ཉིད་རྟེན་པའི་ལམ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། སྟོང་ཉིད་ངེས་པ་སྟེ་སྤྲ་བར་བྱེད་པའི་ལྷ་མཆོན་རྣམས་  
མེད་གཅིག་ལུར་གྱུར་པ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ཉིད་ཡིན་ན། དེར་འགྲུལ་བར་



མཐོང་བའི་རང་སྤྲེལ་དངོས་སྤྲེལ་བ་དྲུག་ནི་རྒྱ་མཚན་མ་གྲུབ་པར་མཐོང་བའི་གཞན་སྤྲེལ་སྤྲེལ་གས་  
ཅན་འདི་ཡིས་སྤྲོད་ཀྱི་ལུགས་ཟབ་མོ་རྟེན་འབྱུང་མཐའ་བྲལ་གྱི་ལམ་རིམ་ལྟར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་  
རྒྱས་ཏེ་མི་རྒྱས་སོ།།

ལྷ་པ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་དུ་གསུངས་པའི་སྟོན་སྟེན་བསྟོད་པ་ནི། རང་གཞན་  
གྱི་སྤྲེལ་པ་ནམས་ཀྱི་རང་ཚུལ་ནི་དེ་ལྟ་ལགས་མོད། སྤྲོད་ནི་དེ་ལས་ལྡོག་སྤྲེལ་ཡིན་ལུགས་དབྱེད་  
པས་རྣམ་ཞིག་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པར་མཐོང་ཞིང་དེ་ལ་གོམས་པས་དེ་ཉིད་  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་ཉིད་དུ་མཐོང་ལ་དེ་མཐོང་བ་རྣ་ཆོས་གང་ཞིག་རྟེན་བཞིན་གྱིས་ནི་  
གྲུབ་པས་སྟོང་པ་དྲུག་ཆོས་དེ་ལ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་འཐད་པའང་མི་འགྲུལ་བར་གོ་ཞིང་། ཚུལ་  
དེ་ལས་སྟོན་པར་ཏེ་སྟོང་རྟེན་འབྱུང་འགྲུལ་བར་མཐོང་བ་རྣ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ལ་རྒྱ་འབྲས་  
ཀྱི་བྱ་བ་མི་རྟུང་བར་མཐོང་ཞིང་། དེའི་བྱ་བྱེད་དྲུག་བཅས་པ་ལ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་མེད་པ་སྤྲེལ་  
མི་རྟུང་བར་མཐོང་བས། མཐར་ལྷ་ཉམ་དུ་བའི་གཡུང་དུ་ལྷུང་བར་བཞེད་དོ། དེ་ཡང་སྟོང་པ་  
ལ་རྟེན་འབྲེལ་འཛོགས་མེད་ཅེས་མཐའ་དང་། རྟེན་འབྱུང་ལ་སྟོང་པ་འཛོགས་མེད་ཅེས་མཐའ་  
མཐར་ལྷུང་བའི་དོན་ཡིན་ནོ།།

དུག་པ་གང་ལས་ཀྱང་རྟེན་འབྱུང་མཐོང་བར་བསྐྱགས་པ་ནི། སྟོང་རྟེན་འབྱུང་འགྲུལ་  
མེད་དུ་མ་རྟོགས་ན་ལམ་ལོག་པར་གོལ་པ་དེའི་ཕྱིར་ཐུབ་དབང་སྤྲོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་མཛོན་  
ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་གཞན་གང་ལས་ཀྱང་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་མཐོང་བ་ཉིད་ལེགས་པར་  
བསྟན་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཀྱན་རྟེན་གཏན་ནས་མེད་པ་དྲུག་། རྟེན་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་  
འཆིང་བ་དག་གིས་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་མཐོང་བ་མིན་ཏེ། ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐས་སྟོངས་པའི་ཕྱིར་རོ།།

བདུན་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཉགས་ཀྱིས་ཚུལ་བསྟན་པ་ནི། གང་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་  
པ་གཞན་ལ་སྟོན་པ་མེད་པ་ནི་རྣམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་གཏན་མེད་པས་དེས་རྣ་མ་བརྟེན་

པར་གྲུབ་པ་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་མེད་པས་སྒྲིབ་བ་དེའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་འབྲུབ་  
སོ། ། ཡང་གང་ངོ་བོས་གྲུབ་ནུ་དེ་གྲུབ་པ་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དྲང་རྒྱུ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་དང་  
འགྲུལ་བས་ལྡོག་པའི་བྲུབ་པ་དང་། དེའི་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་  
འགྲུལ་ཡང་ཡོད་པ་མིན་པས་རྩང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་འགྲུལ་ཡང་  
མེད་པར་གསུངས་པས་རྗེས་འགྲོའི་བྲུབ་པ་ཡང་གྲུབ་སོ། ། དེ་གང་དུ་གསུངས་ན། རྒྱུན་ལ་རག་  
ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། ཅས་བྱ་བ་དང་། གང་ཕྱིར་རྟེན་འབྲུང་མ་ཡིན་པའི། ཞེས་བྱ་བ་  
སོགས་སུའོ། །

བརྒྱུད་པ་རྟེན་འབྲུང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་བརྟེན་པ་ནི། རྩང་བཞིན་  
སྒྲིབ་ཡོད་ཕྱིས་ལྡོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་རྩང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
འགྲུལ་ཡོད་ན་སྒྲིབ་མེད་སྒྲུ་ངན་ལས་འདས་པ་གསར་དུ་ཐོབ་པ་མི་རུང་ཞིང་། སྒྲིབ་ཡོད་འཁོར་  
བས་བསྐྱུས་པའི་སྟོས་མཚན་ཀྱན་ཀྱང་ཕྱིས་ལྡོག་པ་མེད་པ་སྟེ་མི་རུང་བར་སྒྲུང་བོ་ཅལ་གྱི་  
མདོར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་ན། རྒྱལ་བ་ཉན་  
ཐོས་བཅས་པས་དེ་མཐུན་འབྱུང་། ཐེར་ཟུག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་ངན་འདའ་མི་འབྱུང་། མཁས་རྣམས་  
ནམ་ཡང་སྟོས་དང་བྲལ་མི་འབྱུང་། ཞེས་སོ། །

དགྲུ་པ་སྟོན་པའི་གསུང་ལ་སྤྱི་ཀྱང་སྒྲགས་མི་རྟེན་པ་ནི། དེ་ལྟར་རང་བཞིན་ལ་  
རིགས་པའི་གཞོད་བྱེད་དང་བཅས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྩང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་  
རྣམ་པར་བྲལ་ལོ་ཞེས་མི་འདིགས་སང་གའི་སྒྲུ་ལྟ་བུ་ཡིས་ལན་གཅིག་མིན་པར་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་མཁས་པའི་ཆོག་གི་དབྱུས་སྒྲུ་ལེགས་པར་གསུངས་པ་འདི་ལ་སྒྲུ་ཡིས་བརྗེ་བའམ་འགོང་  
བར་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ཀྱང་མི་བྱས་སོ། །

བརྒྱུ་པ་སྟོང་རྟེན་འབྲུང་མི་འགྲུལ་བར་མ་ཟད། གཅིག་གློགས་སུ་གཅིག་འགྲོ་བར་

གསུངས་པ་ལ་ཁྱད་པར་དུ་བསྟོན་པ་ནི། དེ་ལྟར་རྟེན་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཆོས་ནི་འགྲུལ་ཡང་  
མེད་པ་དྲང་། རྒྱ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་འདི་འབྱུང་བའི་ནམ་གཞན་གྱི་ཐམས་ཅད་གྲ་མ་  
ཉམས་པར་ལེགས་པར་འབྲད་པ་གཉིས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འགྲུལ་བར་གཞི་གཅིག་ལ་འདྲུ་བར་  
སྟོས་ཅི་དགོས་ཏེ། དེ་ལས་ཀྱང་ངོ་མཚར་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་འདི་སྟེན་དུ། མཁས་པས་རྟེན་འབྱུང་  
ཆོས་ནམས་རྟོགས་གྲུར་ཏེ། མཐར་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་པར་ཡོང་མི་བྱེད། ཅེས་བརྟེན་ནས་འབྱུང་  
བ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མཐར་ལྟ་བུ་ལ་མི་བརྟེན་པ་སྟེ་དེའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་ངོ་ཞེས་  
ལེགས་པར་གསུངས་པ་འདི་ནི་མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྟེན་བུ་ཉིད་ལྷན་ནས་མེད་པར་འཛོག་པའི་རྒྱ་  
ལགས་སོ། དེའང་རྟེན་འབྱུང་གི་སྟོན་མེ་གཅིག་ཉིད་ཀྱིས་མཐར་ལྟའི་ཐུན་པའི་ཆོག་གས་ཐམས་  
ཅད་སེལ་བའི་འབྲུལ་ནི་ཁྱེད་ཁོ་ནས་མཐུན་གྱི། གཞན་གྱིས་མིན་ཞེས་བཤོ། དེ་རི་ལྟར་ཞེ་  
ན། ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་འདི་ཀུན་རང་གི་ངོ་བོས་ནི་སྟོང་པར་ངེས་པ་དྲང་། འདི་ལས་འདི་འབྲུ་བའི་  
འབྲས་བུ་མི་བསྟེན་པར་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་གཉིས་པོ་པན་ཚུན་དུ་གཤམས་མེད་པར་ནི་མ་ཟད། ད་  
དྲང་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་གིས་བྱེད་པར་གསུངས་པ་འདི་ལས་ངོ་མཚར་དུ་གྱུར་པ་དང་། འདི་  
ལས་སྟངས་དུ་བྱུང་བ་གང་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་པས་སོ། དེ་བས་ན་ཚུལ་འདིས་ཏེ་འདི་རྒྱ་མཚན་དུ་  
བྱས་ནས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད་ན་ནི་ལྷན་ནས་མེད་པའི་བསྟོད་པར་འབྱུང་གི། གཞན་དུ་བསྟོད་པས་དེར་  
འབྱུང་བ་མིན་ནོ།

བཅུ་གཅིག་པ་རང་སྟེ་དངོས་སྟེན་བར་སྟེན་གས་མ་རངས་པའི་ཚུལ་མཛད་པ་ནི། དུན་རིང་  
པོར་མོངས་པས་བྱན་དུ་བརྟུང་བ་ཡིས་ཏེ་བརྟུང་བའི་མཐུས་གང་དང་གྲང་ཞིག་སྟོན་པ་ཁྱེད་  
དྲང་ཞེ་འགྲུས་པའི་ཕྱི་ངོས་སུ་སྟེན་པས་ཅན་དེ་དང་དེ་ཡིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་བཞིན་མེད་ཅེས་  
བྱ་བའི་སྟེན་མི་བཟོད་པར་གྱུར་པ་ལ་མཚར་དུ་བྱ་བ་ཅི་ཡོད་དེ། དེ་དག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་  
མེད་པའམ་ཡང་ན་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྟེན་པར་ཁས་ལྡང་གི་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་ཁས་མ་

སྒྲངས་པས་མི་འཆམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། འོན་ཏེ་ཁྱོད་གི་གསུང་གི་ནང་ནས་ཤིན་ཏུ་གཅིས་  
པའི་མངོན་ཟབ་མོ་ཆོས་རྣམས་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ཁས་སྒྲངས་ནས་དེ་དག་  
རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་སང་གའི་ང་རོ་མི་བཟོད་པའི་རང་སྤེ་མ་སྤྱེས་འབྲ་བ་འདི་  
རྣམས་ལ་ཁོ་པོ་ཅག་དོ་མཆར་དུ་གྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱུ་བྱས་པར་ཁས་སྒྲངས་ནས་དེ་ཉིད་སྟོང་  
མིན་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་འབྲ་བར་ཆེས་མི་འཆམ་པའི་ཕྱིར་རོ། གྲེ་མ་གི་ཏུད་རུང་བཞིན་  
མེད་པ་ལ་བ་གི་བའི་སྟོན་གཅིག་ཕུ་སྟུ་ན་མེད་པ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་  
དེའི་མིང་གི་སྟེ་མིང་ཅམ་ཉིད་གིས་ནི་དེ་ལ་རུང་བཞིན་དུ་འདྲིན་ན་དུ་གོ་སྟེ་དེ་ནི་རང་སྤེ་དངོས་  
སྤྱུ་བའི་སྤྱེ་པོ་འདི་རྣམས་འཕགས་མཆོག་རྣམས་གིས་ལེགས་པར་བཟོད་པའི་འཕྲུག་དོགས་  
ཆུ་དྲང་བུལ་བར་གྱུར་པ་སྟེ། མགོན་པོ་ཁྱོད་སྤྱུགས་དགེས་པར་གྱུར་པའི་མཐའ་བུལ་གི་ལམ་  
བཟང་པོ་དེར་ཐབས་གྲང་ཞིག་གིས་ནི་བ་གི་བར་བྱ་སྟེ། ཐབས་ཉིད་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། མིང་ཉིད་གིས་ཞེས་པས་ནི་དོན་མ་རྟོགས་པར་བསྐྱེད་ནོ།

བཅུ་གཉིས་པ་དགག་བྱའི་ཆོས་དང་ཉགས་གི་གཞི་མཐུན་འགོག་པ་ནི། གང་རུང་  
བཞིན་ཡིན་ན་བཙུང་མིན་དང་སྟོས་མེད་ཡིན་དགོས་པ་དྲང་། གང་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ན་སྟོས་  
པ་དྲང་བཙུང་མ་ཡིན་དགོས་པས། དེ་གཉིས་རི་ལྟ་བུར་ན་གཞི་གཅིག་ལ་མི་འགྲུལ་བ་མཐུན་  
པར་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེས་པ་མི་འགྱུར་ཏེ། འགྲུལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་སོ། འདི་ལ་དོགས་  
པའི་གནས་ནི། དངོས་པོ་བདེན་སྟོང་འདིར་བསྐྱེད་བཙུང་མིན་དང་སྟོས་མེད་དུ་གསལ་བར་  
གསུངས་ཤིང་། རིགས་པས་ཀྱང་གྲུབ་ལ། དེ་ལྟར་ན་རྟེན་འབྲེལ་མིན་པར་ཐལ་ལོ་སྟམ་ན།  
བདེན་མོད། འོན་ཀྱང་འདི་ལ་སྟོན་ཆད་སྤྱུས་ཀྱང་སྤྱུགས་རྟོག་མ་ཚུགས་པར་འདུག་པས་ཞིབ་ཏུ་  
དབྱེད་དགོས་སོ།

བཅུ་གསུམ་པ་རྩུ་མཆན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུར་གསུངས་

པ་ནི། དེའི་ཕྱིར་བཞུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བའི་ཆོས་གྲང་ཡིན་རྒྱུ་ལོན་པ་ཞིན་གྱིས་ནི་གདོད་མ་ནས་སམ་  
དང་པོ་ནས་བྱུང་བས་རྒྱལ་ཁབ་དང་པོ་ཡིན་པ་ལྟར་གྱིས་ཀྱང་གཞུགས་སོགས་དེ་དང་དེར་བསྟོན་  
མེད་དུ་སྤང་བས། རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་འདི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་  
སྤྱི་མ་བཞིན་དུ་སྤྱི་མ་ལྟ་བུར་གསུངས་སོ།། སྤྱིར་སྤྱི་མ་ལྟ་བུ་ལ་གཉིས་གསུངས་ཏེ། སྤང་ལ་  
རང་བཞིན་མེད་པའི་སྤྱི་མ་དང་། ཡོད་ཀྱང་བདེན་པར་མེད་པའི་སྤྱི་མ་ལོ།། འདིའི་སྤྱི་མ་ནི་ཀྱན་  
རྒྱུ་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་མ་བྱུང་ཀྱང་། སྤྱི་མ་གཉིས་ཀར་བྱུང་མེད་  
དུ་བྱུང་བས་བྱུང་ཆེ་ཆུང་ཡོད་ལ། འོན་ཏེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་མ་བྱེད་ནས་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་  
སྤྱི་མའི་སྤྱི་མར་འདོད་པ་བྱུང་སྟེ། རྗེའི་དགོངས་པ་གཏན་མིན་ལོ།།

བཅུ་བཞི་པ་སྟོན་པའི་གསུང་ལ་གཞན་གྱིས་སྐྱབས་མི་རྟོག་པར་གསུངས་པའི་  
དགོངས་པ་འདིས་འཆལ་ལོ་ཞེས་བསྟོད་པ་ནི། ཁྱོད་གྱིས་གང་རྗེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་དེ་མི་  
འཐད་དོ་ཞེས་ཕྱི་ནང་གི་གྲོལ་བ་འགྲུལ་ཀྱང་ཆོས་མཐུན་དུ་སྐྱབས་མི་རྟོག་པར་གསུངས་པའི་  
དགོངས་པ་འདི་བཞུགས་ཀྱིས་སྤྱི་མ་ཆོས་འདི་ཉིད་གྱིས་ནི་ལེགས་པར་འཁུམས་པ་འཕམ་  
དཔོག་བྱས་ཏེ། ཅི་སྤྱད་ཅེ་ན། རྟེན་འབྱུང་འདི་བཞུགས་པས་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་དྲང་མ་མཐོང་  
བ་སྟོན་གྱུར་གྱི་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྱོད་འདོགས་པ་དྲང་གཏན་མེད་པའི་སྤྱིར་  
འདེབས་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་རིང་དུ་འདོར་བར་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ཡང་སྟོན་ནས་བྱུང་བ་  
གཅིག་ཉིད་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ཀ་དང་འགལ་བར་ཞུགས་པས་ནི། འཇུག་པ་ལས། གང་  
ཕྱིར་དངོས་པོ་བཞུགས་པར་བྱུང་བས། རྟོག་པ་འདི་དག་བཞུགས་པར་མི་བྱས་པ། དེ་ཕྱིར་  
རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། ལྟ་བུར་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རོ། དེ་ལྟར་ན་རིགས་པ་འདིས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ཀ་དངོས་སུ་སེལ་བར་བྱེད་ལ།  
གཅིག་དུ་བྱལ་སོགས་གྱིས་ཡོད་མཐའ་དངོས་སུ་སེལ་ཀྱང་མེད་མཐའ་མི་སེལ་བས། དེ་དག་

ལ་དམན་མཆོག་གི་བྱང་པར་ཡོད་དོ། འོན་ཏེ་རྟེན་འབྱུང་གིས་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་  
བ་ནི་མིན་ཏེ། མེད་མཐའ་ནི་གཞི་ཆོས་ཅན་ཆད་མས་གྲུབ་ཅུང་ནས་སེལ་ཞིང་། ཡོད་མཐའ་ནི་  
བསྐྱབ་བྱ་མ་གྲུབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་སེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་ན་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་  
བར་བཤད་པ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། ལམ་གཙོར། རྣམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་  
དུ། ཞེས་སོགས་ཀྱང་འདིའི་ཁྱད་སྤྲོད་མིན་ཏེ། དེས་ནི་གང་རྟེན་འབྱེལ་དུ་མཐོང་ཅུང་ནས་དེ་རང་  
བཞིན་མེད་པ་ལ་ངེས་ཤེས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འདོན་རྒྱས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེའི་ཆེ་ལྷ་བའི་དབྱེད་པ་  
རྫོགས་པ་ཡིན་ཞེས་བསྟན་པ་ཅུང་ཡིན་པས་སོ།

བཙེ་ལྷ་པ་གསུང་འདི་ཆད་མར་ངེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གསུང་གཞན་ཡང་མི་སྦྱོར་བར་  
ངེས་རྒྱས་སོ་ཞེས་བསྟན་པ་ནི། མགོན་པོ་ཁྱིམ་གྱི་སྦྱོར་བྱ་སྦྱོར་མེད་པར་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཆོན་  
མཐར་ཐུག་རྟེན་འབྱུང་གི་ལམ་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱིམ་གྱི་གསུང་གཞན་ཡང་ཆད་མར་  
གྱུར་པ་ཡིན་པར་ངེས་པ་སྟེན་རྒྱས་ཏེ། འཕགས་པ་སྣམ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་སྒོག་གྱུར་  
ལ། གང་ཞིག་ཐེ་ཆོས་སྦྱོར་འབྱུར་བ། དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ཉིད་བརྟེན་ཏེ། འདི་ཉིད་ཁོ་ནར་ཡིད་  
ཆེས་བྱ། ཞེས་དང་། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས། གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྦྱོར་བྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལ་རྗེས་སུ་  
དབག་པ་ཡིན། ཞེས་སོ།

བཙུ་བྱུག་པ་རང་རེའི་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པར་གྲུས་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོན་བསྟན་པ་ནི།  
དོན་གྱི་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་གཞིགས་ནས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཁྱིམ་གྱི་རྗེས་སུ་སྦྱོར་  
པ་ལ་སྟེན་ཞིའི་རྒྱུ་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་རིང་དུ་འབྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཉེས་པ་ཀྱན་གྱི་ཙུ་བ་བདག་  
འཛིན་ལགས་ཤིང་། དེ་བདག་མེད་བསྟན་པའི་ཚུལ་གིས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཁྱིམ་གྱི་  
བསྟན་ལས་ཕྱིར་སྟོན་པས་ནི་ཉེས་པ་ཐད་པའི་དོན་དུ་ཡུན་རིང་པོར་དལ་བ་བསྟན་ལོ་བྱས་  
ཀྱང་ཐད་རྒྱ་ལྟོག་གི་ཕྱི་ཕྱིར་ཞིང་ཉེས་སྟོན་རྣམས་བོས་པའམ་གཤམ་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བར་



འགྱུར་ཏེ། བདུག་ཏུ་ལྷ་བ་ཇེ་བཙན་དུ་གཏོང་བའི་ཕྱིར་དོ། ཨེ་མ་ཏོ། གང་གི་ཆེ་ཆམ་དཔྱོད་  
དང་ལྷན་པའི་མཁས་པ་ས་ཕྱི་ནང་གི་བསྟན་པ་འདྲི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དེ་ལྷ་བུ་ཁོང་དུ་ཚུད་  
པར་གྱུར་བ་དེའི་ཆེ་སྤྱིང་དང་རྒྱུད་གི་ཁོང་ནས་ནི་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་གྱས་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ། མི་གྱས་པའི་དབང་མེད་དོ།

བཙུ་བདུན་པ་གསུང་ཆ་ཤས་ཤིག་གི་བརྗོད་དོན་འོལ་སྤྱི་ཙམ་གོ་བས་ཀྱང་ཡིད་ལ་  
དགའ་བདེ་སྟེར་བྱས་སོ་ཞེས་བསྟོད་པ་ནི། ཁྱོད་གསུང་དུ་མ་གོ་ན་ཅི་ཞིག་སྟོན་ཏེ་ཆ་ཤས་རེའི་  
དོན་ཙམ་ལའང་འོལ་སྤྱི་ཙམ་གྱིས་རེས་ཤེས་ཆེད་པ་དེ་ལའང་མཆོག་གི་སྟེ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
བདེ་བ་སྟེར་ཏེ། མདོ་རྒྱན་ལས། དད་དང་དགའ་དང་སྟོ་ནམས་ཀྱི། རྒྱ་ཕྱིར་ཆོས་འདི་དགེ་བ་  
ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཁ་ཅིག་མཆོག་གི་བདེ་བ་ཐུང་འདས་ལ་བྱེད་པ་ནི། ཅུང་མ་  
འབྲེལ་ལོ།

བཙུ་བཅུད་པ་བདག་གིས་ནི་ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་མ་རྟོགས་སོ་ཞེས་ཁེངས་སྒྱུངས་པའི་  
ཚུལ་མཛད་པ་ནི། གེ་མ་གྱི་ཏུད་བདུག་གི་སྟོ་ནི་མི་ཤེས་སྟོངས་པས་བཙུ་བའི་མཐུས་འདྲི་  
འདྲ་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱང་པོ་སྟེ་ཐུབ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་ནས་དགོངས་པ་  
རྟོགས་པར་རྟོགས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་དུ་སྟོན་པས་ཆུ་འདོད་ལྟར་སྒྱུ་བས་སྤྱ་སོང་བར་གྱུར་ཀྱང་  
ཡོན་ཏན་ཆ་ཙམ་ཡང་མ་འཆོལ་བ་སྟེ་ཕྱོགས་རེ་ཡང་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་ཏོ། འོན་ཀྱང་འཆེ་  
བདུག་གི་ཁྱད་མཛོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་སྟོག་གི་རྒྱན་ནི་ད་དུང་མ་རྒྱབ་པར་གནས་ཤིང་། ཁྱོད་  
ལའང་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་བ་འདི་ཡང་བདག་སྐལ་བ་རེ་བཟང་སྟམ་པ་བགྱིད་ལགས་སོ། དེ་  
ཙམ་གྱི་ཁེངས་སྒྱུངས་པའི་ཚུལ་མཛད་པ་ནི། རྩོམ་འབྲུག་ལ་གདམས་པ་སྟེ། ད་རྒྱལ་དང་གཏན་  
མ་འཕྲེས་པར་བྱ་དགོས་པའི་དོན་ནོ།

བཙུ་དགུ་པ་རྟོན་འབྲུང་མཐའ་བུལ་གྱི་ལྷ་བ་ཉག་གཅིག་སྤྱིང་པོར་གཟིགས་པ་ཐུབ་པའི་

ཁྱད་ཆོས་སུ་བསྟན་པའི་སྒྲོན་པ་བསྟོན་པ་ནི། ཆོས་སྟོན་པའི་ནུང་ན་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དྲུང་།  
ཤེས་རྟུང་སྟེ་ཆོས་ཤེས་པའི་ནུང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་གཉིས་ནི་རི་ལྷར་འཛིག་རྟེན་དྲུག་ན་  
རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཉིད་མཆོག་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་སྤྲུལ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ལེགས་པར་ཁྱོད་  
ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་གཞན་གྱིས་མིན་ཏེ། འོར་བུའི་ལེགས་ཉེས་དེད་དཔོན་མཁས་པས་ཤེས་གྱི་སྟེ་  
ཐོ་གཞན་གྱིས་མིན་པ་བཞིན་ནོ།། གོ་བདེ་བར་བྱས་ན་རྟུང་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སངས་  
རྒྱས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་སྟོན་པ་དང་ཤེས་པའི་ནུང་ན་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དང་ཤེས་པ་གཉིས་  
མཆོག་ཡིན་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་གཞན་གྱིས་མིན་ཞེས་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་དཔལ་པོས།  
ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ནི་རིན་པོ་ཆེ།། རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ས་ཐོན་དེ།། དཔལ་ཁྱོད་ཁོ་ནས་སྟོང་པོར་  
མཁྱེན།། དེ་གཞན་སྟེ་ཐོས་འོལ་མི་དབྱི།། ཞེས་བསྟོན་པ་དང་ཐུགས་འབྲེལ་།

ཉི་ཤུ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲུང་ལ་གཞིལ་ཞིང་འབབ་པོ་ཞེས་  
བསྟོན་པ་ནི། རི་ལྷར་ཆུ་སྐྱུང་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མཚོར་གཞིལ་ཞིང་འབབ་པ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་རི་སྟོད་  
བཀྲའ་སྤྲུལ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དངོས་སམ་བརྒྱུད་པས་རྟེན་འབྲེལ་མཐའ་བྲལ་གྱི་གནད་  
ཉིད་ལས་བརྒྱུ་མས་ཏེ་འདྲུག་ལ། དེའི་དགོས་པ་ཡང་གདུལ་བྱ་སྤྲུང་ན་ལས་འདྲའ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་མིན་པའི་མཛད་པ་ཅུང་ཟད་  
ཀྱང་ཁྱོད་ལ་མི་མངའ་ཞིང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།།

ཉིར་གཅིག་པ་བདག་གམ་གཞན་སུ་ཡང་རུང་སྟེ་བྱས་པ་ཤེས་ཤིང་བྱིན་དུ་གཞོ་བའི་  
སྒྲོན་པ་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ལ་གྲུས་ཤིང་གཅེས་པར་བཟུང་འོས་པར་བསྟན་པ་ནི། ཀྱི་མའོ་ཞེས་  
པ་ནི་ངོ་མཆར་བའི་ཆོག་སྟེ། སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་གདུལ་བྱ་གྲང་གི་རྩ་བའི་ལམ་དུ་སོང་  
བ་དེ་དྲུག་ཐམས་ཅད་རིང་མིན་ཞི་བ་མྱང་འདས་འཕྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་  
པ་འཛིན་པ་ལ་སྦྱིར་སྤྲུལ་གྱིས་ཏེ། གྲུས་རིགས་ལ། བྱེ་བྲག་ལོག་པར་རྟོག་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་

བ་མཐུའ་དྲུག་ཆོས་དང་མཐུན་པར་ཆར་བཅད་དེ་འཛོམས་པ་དྲང་། རང་གི་ལུགས་ནམ་པར་  
འཛོག་པ་ལ་ཁས་ལྷངས་སུ་བྱེའམ་ལྷག་ལོག་མི་མཐུན་པའི་འགྲེལ་འདུས་སྟོང་ཞིང་དཔེན་པ་  
དྲང་། རྒྱུ་རྒྱའི་དོན་གཉིས་ཏེ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་བདེ་སྒྲགས་ཏུ་སྟོན་བར་བྱེད་པའི་ཁྱོད་  
ཀྱི་རིང་ལུགས་མད་དུ་བྱུང་བ་འདི་ལ་ཆོས་པ་པོ་ཁོ་བོའི་སྤྱོད་པ་ཡང་ལྷག་པར་འཕེལ་ལོ་ཞེས་ཏེ།  
ལུས་སྒོག་ཀྱང་བཏང་ནས་འཛོན་པར་སྤྱོད་ཞེས་པའི་ཐ་ཆོག་གོ།

ཉེར་གཉིས་པ་ཆོས་འདི་ཐུབ་དབང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆེགས་ཆེན་པོས་འདི་ལྟར་བསྐྱབས་པ་  
ལགས་སོ་ཞེས་བསྟོད་པ་ནི། ཉེན་འབྱུང་གི་ལམ་འདིའི་ཕྱིར་དུ་སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནི་དུས་ལ་  
ལྟར་སྐྱུ་དྲང་། གཞན་དུ་སྟོག་དང་། སྤྱག་པའི་གཉེན་དྲང་། ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོགས་ལ་སོགས་ཏེ་  
བྱེ་ནང་གི་བདོག་པའི་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་གྲངས་མེད་པའི་བསྐྱལ་པར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཏང་  
བ་ལགས་ཏེ། དེ་ཡང་ལུགས་བདག་ཅག་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་ལགས་པས་སྐྱེ་བྱེད་ཀྱི་ཆེ་ཞེས་བཤོ།

ཉེར་གསུམ་པ་ཆོས་འདི་སྟོན་པའི་ཞལ་ལས་དངོས་སུ་མ་ཐོས་པ་ལ་ཐུགས་འགྱུར་  
པའི་ཚུལ་ཀྱིས་བསྟོད་པ་ནི། ཆོས་གྲང་གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དཔེར་ན་ལྷགས་  
ཀྱུས་ཉ་ལ་བཏབ་ནས་དངས་པ་རི་བཞིན་དུ་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་དངས་པའི་ཆོས་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་  
ལས་དངོས་སུ་མ་ཐོས་པ་བདག་སྐྱལ་པ་རེ་ཞུན་སྟུང་དུ་ཡིད་ལ་གཅགས་ཤིང་། དེའི་སྤྱོད་པ་  
དང་སྤྱག་བསྐྱལ་བའི་འུགས་ཀྱིས་ནི་དཔེར་བཞིན་ན་སྟོང་དུ་སྤྱག་པའི་བྱ་གཅིག་ཕྱ་ལ་མའི་  
ཡིད་ནི་རྗེས་སུ་སོང་བ་རི་བཞིན་དུ་བདུག་གི་ཡིད་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་གཏོང་བར་མི་བྱེད་པ་སྟེ་  
མི་སྤྱོད་ལ། འོན་ཏེ་ཡིད་གདུངས་པ་འདི་ལྟར་ཁྱོད་གསུང་ནམས་མཇལ་ཞིང་དོན་བསམས་  
པ་ན་འདི་སྟུང་དུ་མཆན་དཔེའི་དཔལ་ཀྱིས་སྤྱས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩ་དུ་འབར་ཞིང་། འོད་  
ཀྱི་དྲ་བས་ཀྱན་ནས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བའི་སྟོན་པ་ཉིན་མོར་བྱེད་པ་དེ་ཡིས་གསུང་ཆངས་པའི་  
དབྱངས་ཀྱིས་དོན་འདི་དང་འདི་ནི་ཚུལ་འདི་ལྟར་དུ་གསུངས་སྟུང་དུ་དངས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྗེར་བུ་

ལ་སྐབ་པའི་སྐྱའི་གཞུགས་བརྟན་ནི་ཤུར་བ་ཙམ་ཡང་སྟེ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཆ་བ་ཡིས་གདུངས་པ་  
ལ་རྒྱ་ཐེང་གིས་རེག་པ་བཞིན་དུ་སྒྲན་པར་གྱུར་རྟོ།། ཞེས་སོ།། གང་ལ་སྒྲན་ན་འདི་ལའང་ཞེས་  
སྒྲ་མ་དང་སྟེལ་རྒྱ་ཡིན་ནོ།།

ཉིར་བཞི་པ་རྩེས་འབྲུག་ཏུ་རྫོམ་པའི་སྐྱེ་བོ་མི་མཁས་པ་དུ་མས་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་  
དགྲུགས་ནས་གདའ་ཞེས་སྟེ་དག་གསོལ་བ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྲན་དུ་བྱུང་བའི་ལུགས་བཟང་པོ་དེ་  
ཡང་ལུང་རིགས་ལ་མི་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྒྱ་གར་བ་དང་བོད་སྐད་རབས་པ་མང་པོས་དགྲུགས་  
ནས་གདའ་སྟེ། དཔེར་ན་རྩ་བལ་པ་རྩ་ཞེས་བྲ་བ་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་ནས་དབྱེ་དཀར་བ་དེ་  
བཞིན་དུ་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྟེ་ཐམས་ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་འཛིངས་པར་བྱས་སྒྲུང་ངོ་།། ཞེས་སོ།།

ཉིར་ལྔ་པ་རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐབ་པའི་དགོངས་པ་ཆོགས་ཆེན་པོས་ཡུན་རིང་པོར་ཞིབ་ཏུ་  
བཙལ་བ་ལས་ནམ་ཞིག་ན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཉིད་པར་གྱུར་རྟོ་ཞེས་བྲ་བ་དོན་གསོལ་བ་ནི།  
དེ་ལྟར་མི་ལེགས་པའི་ངང་ཚུལ་དེ་མཐོང་ནས་ཙོང་ཁ་བ་བདུག་གིས་ནི་སྐྱ་རུང་ལ་ཡིད་མི་རྟོན་  
པར་འབད་བ་དུ་མས་ཆད་ལྟན་མཁས་པ་ཡི་རྩེས་སྐྱེ་འབྲངས་ནས་སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ནི་དགོངས་  
པ་མཐར་ཐུག་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་ལམ་བཟང་པོ་ཡང་དྲང་ཡང་དྲུ་བཙལ་མོད་ཀྱི། འོན་ཏེ་དེའི་  
ཆེ་ཡང་རུང་གཞུན་སྟེ་པ་ཡི་གཞུང་ལུགས་བརྒྱ་ཐུག་མང་པོ་དུག་ལ་སྐྱུངས་པ་རྣ་བྱལ་མཐའི་  
བཞེད་སྟོལ་མི་མཐུན་པའི་དབང་གིས་བཤད་སྟོལ་སྒྲ་ཆོགས་སྐྱ་བྱང་བས། ཁྱོད་ཀྱི་དགོངས་  
པ་ལོན་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་གི་ཕྱི་ཕྱིར་ཞིང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་བྱ་བ་ཡིས་བཅིངས་ནས་ཙོམ་པ་པོ་བདུག་གི་ཡིད་  
ནི་དུས་ཀུན་ཏུ་གདུངས་པར་གྱུར་རྟོ།། དེ་ལྟ་ན་འང་ད་དུང་སྦྱིད་མ་ལུག་པར་ལྟ་སྒྲ་མའི་མན་  
དག་བཞིན་སྦྱོར་བ་སུམ་སྟེལ་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱུགས་བསྐྱིངས་ཏེ་འབད་པས་ནམ་ཞིག་ན་ཁྱོད་  
ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཐེག་པའི་ཚུལ་མཐའ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དྲང་། ཐ་སྙད་དུ་མེད་པའི་  
མཐའ་གཉིས་སྐྱུངས་ཏེ་དབུ་མའི་ལམ་དུ་རྩེ་བཞིན་འགྲེལ་པར་ལུང་བསྟན་པའི་དཔལ་མགོན་

སྤྱི་སྤྱི་ཞབས་ཀྱི་གཞུང་སྤྱུགས་ཀྱན་དུའི་ཚལ་བཟང་པོ་དེ་ཉིད་དེ་མ་མེད་པའི་མཁུན་པའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་རབ་ཏུ་རྒྱས་ཤིང་། གསུང་རབ་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ་ཐོགས་མེད་ཏུ་རྒྱ་བ། ཡོད་མེད་  
 སོགས་ཀྱི་མཐར་འཛིན་པའི་སྟོང་གི་སྤྱན་པ་སེལ་ཞིང་། ལོག་པར་སྤྱི་བའི་སྤྱི་སྤྱི་ཀྱི་ཚོགས་  
 ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་སྟེ། བྱང་པར་བཞེས་ཆེ་བ་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་  
 པའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་འོད་དཀར་པོའི་སྤང་བས་རི་ལྟར་གསལ་བར་བྱས་པ་དེ་ལྟར་སྤྱི་མའི་  
 དེན་གྱིས་ཏེ་སྤྱི་དེན་ལ་བཞེན་ནས་སྟོ་སྟོས་ཀྱི་མིག་གིས་རི་ལྟར་བཞེན་མཐོང་བའི་ཆེ་ཡུན་  
 རིང་པོར་ཡིད་ལ་བརྟགས་པའི་དོན་བྱུང་བས་ཚོམ་པ་པོ་བདུག་གི་ཡིད་ཀྱི་དལ་གསོ་ཐོབ་པར་  
 བྱུང་རྟོ།། ཞེས་ཏེ། མདོར་ན་རྒྱ་བའི་གཞུང་ལ་བཞེན་ནས་སྤྱི་སྤྱི་ཀྱི་དགོངས་པ་རི་ལྟར་བཞེན་  
 སྤྱུགས་སུ་རྒྱུད་པར་བྱུང་རྟོ།། ཞེས་པའོ།། འདི་སྐོར་ཤེས་པར་འདོད་ན་རྗེའི་གསང་བའི་ནམ་  
 ཐར་རིན་པོ་ཆའི་སྟེ་མ་སོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ་བཞེས་ཏེ། དང་པོ་རྗེས་འཇུག་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདིའི་སྟོ་  
 བས་སྟོན་པ་རྗེས་སུ་བྱུང་བར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་གདམས་པ་ནི། ཆོས་བསྟན་པས་གདུལ་བྱ་ནམས་  
 གོལ་བར་བྱེད་ཀྱས་ཀྱི་ཐབས་གཞན་གྱིས་མིན་པས། སྟོན་པའི་མཛད་པ་ཀྱན་ལས་གསུང་གི་ནི་  
 མཛད་པ་ཉིད་མཆོག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་ཡང་ནི་རིམ་པ་མང་ཏུ་ཡོད་པ་ལས་ཉེན་འབྱུང་གི་ལས་  
 གསུང་བ་འདི་ཁོ་ན་ཉིད་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར་ན་བྱི་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་ཡིས་ཀྱང་རྒྱ་འདི་ལས་  
 སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྤྱུགས་རྗེ་རྗེས་སུ་བྱུང་བར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་གདམས་སོ།།

གཉིས་པ་རང་ཉིད་སྟོན་པ་ལ་རི་ལྟར་གྲས་པ་ནི། ཐོག་མར་བྱིམ་ནས་བྱིམ་མེད་པར་  
 སྟོན་པ་དེའི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་བྱུང་ཅིང་། བར་ཏུ་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དགོངས་འབྲེལ་  
 དང་བཅས་པ་ལ་སྤྱངས་པ་མི་དམན་ཞིང་། ཐ་མར་ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་ནལ་འཁྱོར་སྟོན་པ་ལ་  
 བཙུན་པའི་དགེ་སྟོང་ཞིག་བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་དེ་ལ་སྤར་གཞུང་ནས་རི་ལྟར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཏུ་

གྲུས་སོ།། གསུམ་པ་བརྩམས་པའི་དགོ་བ་བསྟོ་བ་ལ་ལྟ་སྟེ། དང་པོ་བཤེས་གཉིན་དམ་པས་  
རྩེས་སུ་འཛིན་པར་བསྟོ་བ་ནི། སྟོན་པ་སྟོན་མེད་པའི་བསྟོན་པ་དྲང་མཛུལ་བ་འདི་འདྲ་ཡང་སྟོ་  
མའི་རིན་ཁོ་ན་ཡིན་པས། བརྩམས་པའི་དགོ་བ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་བཤེས་གཉིན་དམ་  
པ་མཆོད་ཉིད་དང་ལྡན་པས་མཉེས་བཞིན་དུ་རྩེས་སུ་འཛིན་པའི་རྟུ་རྟུ་བསྟོ་འོ།།

གཉིས་པ་བསྟོན་འཛིན་གྱི་སྦྱེས་བྲུས་ས་སྟེང་བྱུང་བར་སྟོན་པ་ནི། གཞན་པ་ན་འབའ་  
ཞིག་མཛད་པའི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་དེའི་བསྟོན་པ་འདྲ་འདྲ་སྟེ་སྟོན་པའི་མཐར་ཡང་དན་རྟོག་  
རྒྱུད་གིས་གཞར་ཡང་ནམ་པར་མི་གཡོ་ཞིང་། བསྟོན་པའི་དང་ཚུལ་རི་བཞིན་ཤེས་ནས་སྟོན་པ་  
ལ་ཡིད་ཆེས་རྟོན་པས་དུས་རྟག་དུ་དང་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་གྲང་བར་ཤོག །

གསུམ་པ་རང་གིས་ཀྱང་ཐུབ་པའི་བསྟོན་པ་ཚུལ་བཞིན་འཛིན་པའི་རྟུར་བསྟོ་བ་  
ནི། ཐུབ་ཀྱིང་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བར་མཛད་པའི་ཐུབ་པའི་  
ལྷགས་བཟང་མཛད་དུ་བྱུང་བ་འདི་ཉིད་མ་འོངས་སྦྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་ལྷས་དྲང་སྟོག་ཀྱང་བཏུང་  
ནས་འཛིན་ཅིང་སྟེལ་བ་ལ་བདག་སྐྱད་ཅིག་ཅུམ་ཡང་ཅོལ་བ་དང་སྟོང་སྟོབས་ཀྱི་གོ་ཆ་སྟོན་  
པར་མ་གྱུར་ཅིག །

བཞི་པ་བསྟོན་པ་འཕེལ་བའི་ཐབས་ལ་རྟོག་པས་དུས་འདའ་བར་སྟོན་པ་ནི། འགྲོ་བའི་  
འཛིན་པ་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་དེས་དཀྱའ་བ་དཔག་མེད་ཀྱིས་ཉེ་དཔག་དུ་མེད་པའི་དཀྱའ་བས་ནུན་  
རྟུ་དུ་ལྷགས་དམ་སྟོང་པོར་མཛད་ནས་བསྐྱབས་པའི་ཆོས་འདི་ཉིད་ཐབས་གྲང་འདྲ་ཞིག་གིས་  
འཕེལ་བར་འབྱུང་སྟུང་པའི་རྣམ་པར་དཔྱོད་པས་ཉིན་མཆོད་ཀྱིས་དུས་འདའ་བར་ཤོག །

ལྔ་པ་དཀྱའ་ཕྱོགས་ལ་མཛོད་པར་དགའ་བའི་སྤང་མ་བྱུང་བར་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
ཉིན་མཆོད་གཡེལ་མེད་དུ་སྤང་ཞིང་སྟོང་བར་སྟོན་པ་ནི། ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དཔག་པས་ཆོས་  
ཀྱི་ཚུལ་འདིར་རྟག་པ་དང་གྲུས་པའི་སྟོན་པ་བཙོན་པ་ན་ཆོངས་པ་དྲང་། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་



བྱིན་དང་། འཛིག་རྟེན་སྐྱོང་བ་བཞི་དང་། ལེགས་ལྡན་ནྟག་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྐྱོང་བའི་  
སྐྱོང་མས་ཀྱང་གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་སྟོགས་བྱེད་པར་ཞོག ། ཅེས་སོ། །

བཞི་བ་མཛད་པ་པོ་གང་གིས་མཛད་པ་ནི། སངས་རྒྱལ་བཙུང་ལྡན་འདས་ལ་ཞེས་  
སོགས་ཏེ། གོ་སྤྱོད་བས་ན་མ་སྤྱོད་སོ།། །

འདིར་སྤྱོད་པ། ཆོས་ཉིད་མཛེས་དགའ་མ་ཡི་ངོ་མཆར་དཔལ། ཆོས་ཅན་རྟེན་འབྲེལ་  
འབྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་ངོས། ཆོས་མིག་དག་པས་གསལ་བར་གཟེགས་པའི་ཆེ། ཆོས་དེར་མགྲུ་  
བའི་བསྟོད་དབྱངས་འདི་བསྒྲགས་སོ། །

སྟོན་པ་རྟེན་འབྲེལ་གསུང་བས་བསྟོད་པ་འདིས། སྟོན་པའི་དགོངས་པ་དབྱ་མར་  
འབྲེལ་དང་ལྟན། སྟོན་པ་གཞན་གྱི་རིང་ལུགས་ཟེལ་མནན་ཏེ། སྟོན་པའི་ལུགས་བཟང་སྲིད་  
པའི་ཅེ་མོར་འདེག །

དེ་ལྟའི་ལེགས་གསུངས་ཅུང་ཟད་བཟོལ་བའི་དགེས། དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་བདག་དང་  
བདག་འབྲའི་འཁྲོས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དགོངས་པ་རི་ལྟ་བར། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཛོན་དུ་  
བྱེད་ཀྱས་ཞོག ། །

ཅེས་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་འབྲེལ་པ་མཐར་འཛིན་ཐུན་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་  
གཞན་འགའ་ཞིག་གིས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་བསྐྱུལ་བའི་ངོར་འབྲེལ་པ་གཞན་དང་གཞན་ལ་མ་  
བརྟེན་པར་རང་གིས་གོ་ཆོད་ཅམ་དུ་བཙུན་པ་དག་དབང་ལུན་ཆོགས་པས་རབ་བྱུང་བཙུན་  
པ་ལྷགས་ལུག་ལོར་བྲིས་པའོ། ། འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོགས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་  
ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག་གྲ། །

འཁྲོ་དོན་འཕེལ། དགེའོ།

## ལྷ་མགུར་གདུང་སེལ་སྟོན་གི་རྩ་བུའི་རྣམ་འགྲེལ་ལེགས་བཤད་སྟོན་གི་ སྟེ་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་བྱ། རྩལ་བསྟན་སྟོང་པོ་མཐའ་བལ་དབུ་མའི་ལམ།། འཛིན་ཅིང་སྟེལ་བའི་  
འཕྲིན་ལས་འོད་པོ་ཆེས།། ཀུན་ཚོངས་སུན་བ་སེལ་བའི་བྲིན་ཅན་རྗེ།། མཁྱེན་བཅེའི་ཉིན་གྱི་ད་  
དབང་པོར་གྲུས་བྱལ་འཆ་ལ།།

གང་གི་དབལ་གི་མགུར་ནས་དབྱངས་སྟོན་པོས།། ཟབ་མོའི་མན་དག་འགྲོ་ལ་འདོམས་  
བ་བཞིན།། རང་ཉིད་ལམ་འདིར་བག་ཆགས་འཛིག་གིར་བྱ།། རི་ལྷར་བྱས་བཞིན་ཅུང་ཟད་དབྱེ་  
བར་བྱ།།

དེ་ལ་འདིར་བདག་ཅག་གི་དབལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་བ་མཆན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དོན་  
གི་སྟོན་དུ་མཆན་ནས་སྟོས་ཏེ་བྱབ་བདག་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ཀུན་མཁྱེན་ནམ། མཆན་  
གཞན་སྐབས་མཆོག་ཨ་བུ་རྩོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་གིས་མཛད་པའི་ལྷ་བའི་མགུར་  
མ་ནི་གང་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སོ།།

དེས་ན་འདི་ལ་གསུམ། གྲུང་གི་དོན། གཞུང་གི་དོན། མཇུག་གི་དོན་ནོ།། དང་པོ་ལ་  
གཉིས། མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བའོ།། དང་པོ་ནི། འཁོར་འདས་ཞེས་  
སོགས་ཏེ། དེའང་འཁོར་ཞེས་བ་གང་འཁོར་བ་སྐྱབ་བསྐལ་དང་། གང་གིས་འཁོར་བ་ཀུན་  
འབྱུང་སྟེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་གི་བདེན་བ་གཉིས་སོ།། འདས་ཞེས་བ་ལའང་གང་  
འདས་བ་འགོག་བ་དང་། གང་གིས་འདས་བ་ལམ་སྟེ། རྣམ་བུར་ཕྱོགས་གི་བདེན་བ་གཉིས་  
སོ།། དེ་ལྷ་བུའི་བདེན་བཞི་རང་བཞིན་གིས་བྱབ་པས་སྟོང་པ་ནི་གནས་ལུགས་མཐར་བུག་

ཡིན་ལ། མཐར་ཐུག་ཏུ་བཅའ་ན་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ལས་མི་འདའ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་ནི་  
 ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་གང་ལ་ཐུག་རྒྱས་བཏབ་ན་དོན་དེ་ལས་མི་འདའ་བ་  
 བཞིན་ནོ།། རི་སྐད་བཤད་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་དེ་ནི་ཟབ་ཅིང་སྤ་ལ་མཆོག་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བ་ཞིག་  
 ཡིན་མོད་ཀྱི།། དེ་ལྟ་ན་འང་གཉིས་སྒྲུང་སྤ་མོས་ཀྱང་བར་དུ་མ་བཅད་པར་ལག་མཐེལ་གྱི་རྩས་  
 བཞིན་དུ་དངོས་སུ་གཟིགས་ཤིང་། རང་གིས་རི་ལྟར་གཟིགས་པའི་དོན་དེ་བཞིན་འགྲོ་བ་རྣམས་  
 ལ་འང་སྟན་རྒྱས་འདོམས་པར་མཛད་པའི་རྗེ་སྤྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོའམ། མཆོན་གཞན་བྱུང་  
 བདག་བདེ་ཆེན་སྟོང་པོ་ལ་འདུད་ཅེས་བཤོ།།

གཉིས་བ་ནི། པ་སྤྲ་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་འབངས་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་བདག་  
 གིས་སྤས་འཕགས་པ་བཞི་བསྟན་པའི་ཆ་ནས་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཞེས་བསྟགས་པའི་མཐའ་བྲལ་གྱི་  
 དབུ་མ་རི་ལྟར་བསྟོམ་པའི་ཚུལ་དོན་གོ་སྤྲ་ཞིང་ཆེག་མདོར་བསྟུས་པ་ཞིག་དབྱངས་སུ་ལེན་  
 པར་བྱའོ།།

གཉིས་བ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ། སྟོང་བ། དངོས་གཞི། མཐུག་གི་རིམ་བཤོ།། དང་  
 པོ་ལ་གསུམ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་དོས་བཟུང་བ། དེ་རི་ལྟར་སྟོང་བའི་ཚུལ། སྟོང་བའི་ཉམས་ལེན་  
 གྱི་རིམ་བཤོ།། དང་པོ་ནི། ལར་ཞེས་པ་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་དོན་ཏེ། བདག་གཞན་རིས་མེད་ཀྱི་  
 འགྲོ་བ་འདི་དག་ཁམས་གསུམ་གྱི་འཁོར་བ་འདིར་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སྟེ་ཀ་ན་འཆི་སོགས་  
 ཡང་བའི་སྟུག་བསྟུལ་སྟེ་རྒྱ་དེ་སྟེད་ཅིག་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྟོང་དགོས་བྱུང་བ་འདི་རྒྱ་མེད་  
 དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་དག་ལས་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་པས་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། ལས་དེ་ཡང་  
 འཛིག་ལྟ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་འཛིག་ལྟའི་ཆོ་འཕྲུལ་ལགས་ཏེ། བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས། རང་འཛིན་  
 པ་དང་ང་ཡིར་འཛིན་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བ་ན་འཁོར་རོ།། ཞེས་དང་། སྟོད་འཐུག་  
 ལས། འཛིག་རྟེན་དག་ན་འཆོ་བ་གང་ཡོད་དང་། འཛིགས་དང་སྟུག་བསྟུལ་རི་སྟེད་ཡོད་ཀྱང་

པ།། དེ་ཀྱན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་ན།། འདི་ཆེན་འདི་ཀོས་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ།། ཞེས་  
དང་། འཇུག་པ་ལས། ཉོན་མོངས་སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཆོགས་ལ།། ལྟ་ལས་བྱུང་། ཞེས་  
སོ།། གཉིས་པ་ནི། ཉེས་སྟོན་རྣམས་འཛིག་ལྟ་ལས་རི་ལྟར་བྱུང་ཞེ་ན། མཛོད་ལས། ལས་ལས་  
འཛིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཛིག་རྟེན་པའི་སྣོད་བཅུད་བཟང་ངན་  
དང་སྟེ་གནས་མཐོ་དམན་སོགས་ཐམས་ཅད་ལས་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ནི་ཉོན་མོངས་ལས་  
བྱུང་ལ། ཉོན་མོངས་ནི་བདེན་འཛིན་ལས་བྱུང་སྟེ། དེའང་མི་ལམ་དུ་གཞན་གྱིས་པན་གཞིར་  
བྱས་པར་མིས་པ་ན་ཆགས་སྣང་སྟེ་ཞིང་། སད་པ་ན་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་ལ། དེ་ནི་སྣར་དག་  
གཉེན་དུ་བདེན་པར་བརྒྱང་བ་དང་བྱིས་བདེན་མེད་དུ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་  
ན་གང་ལ་ཆགས་སྣང་འཇུག་དང་མི་འཇུག་ནི་དེ་ལ་བདེན་ཞེན་ཡོད་མེད་ལ་སྟག་པར་ཤིན་  
དུ་གསལ་བས། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་རྣམས་བདེན་འཛིན་གྱི་མ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
འཇུག་པ་ཡིན་ནོ།། གལ་ཏེ་བདེན་འཛིན་གྱིས་ཆགས་སྣང་འབྲེན་ལུགས་མི་ཤེས་ན། དེ་ཉིད་  
འཁོར་བའི་རྩ་བར་འགྲོ་ལུགས་རི་ལྟར་ཤེས་ཏེ་མི་ཤེས་ལ། དེ་མི་ཤེས་ན་འབེན་མ་མཐོང་བར་  
མདའ་བརྟེན་པ་དང་འབྲ་བ་ཅི་བྱས་དོན་དུ་མི་འགྱུར་བས། སྣར་བཤད་པ་ལྟར་མི་ལམ་དང་སྟེ་  
མ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་སྟངས་ཤེས་པ་ནི་གང་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བར་སྣང་ངོ་།།

གཞན་ཡང་། ཚད་མ་ནམ་འབྲེལ་ལས། བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དྲུ་ཤེས། བདག་གཞན་ཆ་ལས་འདྲིན་དང་སྤང་། ། འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ཅེས་མཛོན་པར་ཞེན་པ་ན་གཞན་ཞེས་རིས་སྤུ་བཅད་པར་འགྱུར་ལ། བདག་གཞན་རིས་སྤུ་བཅད་པས་ཆགས་སྤང་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་དབང་གིས་ལས་བསགས་ཏེ་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ཡིན་ནོ། ། རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ནི་འདིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་གདོན་འདི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་སྤང་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ནའང་ཞེན་ལྷུ་ལ་

སུན་མ་མུང་ན་སྤང་མི་རྒྱས་པར་གསུངས་པས་ཁོའི་ཞེན་ཡུལ་ལྷང་རིགས་དྲི་མ་མེད་པས་སུན་  
 བྱང་སྟེ་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་སྦྱང་བ་ནི་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྦྱེས་བྱའི་ལྷགས་ཏེ་ལས་སུ་བྱ་བ་དམ་  
 པའོ།། དེ་ལྟར་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་ལྷགས་  
 ཀྱིས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འཁོར་བ་ལྟོག་བྱེད་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་འཁོར་  
 བ་རི་ལྟར་ལྟོག་པའི་ཚུལ་ཡང་། བདག་མེད་རྟོགས་པ་ལས་བདག་འཛིན་ལྟོག་ཅིང་། དེ་ལོག་  
 པས་བདག་ཆགས་ལྟོག་ལ། དེ་ལོག་ན་བདག་བདེ་བའི་དོན་ཏུ་ལས་བསགས་པའི་གནས་  
 མེད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ང་ཞེས་མཐོང་བ་མེད་པར་ནི། འགའ་ཡང་བདག་ལ་ཆགས་མི་  
 འགྱུར།། བདག་ལ་ཆགས་པ་མེད་པར་ནི། བདེ་བ་འདོད་པས་མངོན་རྒྱུ་མིན།། ཞེས་དང་།  
 ཅུ་ཤེས་ལས་ཀྱང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པའི་ཐར།། ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་  
 ལས།། དེ་དག་སྦྱོས་ལས་སྦྱོས་པ་ནི། སྦྱང་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར།། ཞེས་གསུངས་  
 ཏེ། དེའང་ལས་ཉོན་ཟད་པ་ནི་ཐར་པ་ཡིན་ལ། ལས་ཉོན་ནི་བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་ལས་བྱུང་  
 ཞིང་།། དེ་ནི་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་སྦྱོས་པ་ལས་བྱུང་ལ། སྦྱོས་པ་ནི་བདེན་མེད་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 འགགས་པས་བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉག་ཅིག་གྲོལ་ལམ་ཏུ་གྲུབ་པོ།། དེས་ན་དང་  
 སོ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ཏེ་དེ་ལས་ཐར་འདོད་སྦྱེས་པ་ན་ཐར་པའི་འཇུག་སྟོན་ནི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉག་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་ངས་པ་བྱངས་ནས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
 བ་འཆོལ་བ་ལ་རྒྱས་སྤྲོས་ཏུ་ཏུ་ལྟར་བསྟན་དགོས་པར་གསུངས་སོ།།

གསུམ་པ་ནི། ལྟ་བ་དེ་རི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ཡང་རྗེ་བླ་མ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་  
 ལ་ལྟ་འཇམ་དཔལ་དོ་རྗེ་ཞལ་མངོན་སུམ་ཏུ་བསྟན་ནས་འདི་སྐད་ཏུ་ལྟ་དང་བླ་མ་དབྱེར་མེད་ཏུ་  
 བྱས་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཆོགས་བསགས་སྦྱིབ་སྦྱངས་ལ་འབད་པ། གཞུང་ཆེན་མོའི་  
 དོན་ལ་དབྱེད་པ་སུམ་སྟེལ་ཏུ་བྱས་ནས་ཉམས་སུ་བྱངས་ན་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་ལྟ་བ་རྣམ་

དག་ཉིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དགེས་བཞིན་བཀའ་སྤྲུལ་པའི་དགོངས་པ་བཞིན་ལམ་སྒྲ་མའི་ནལ་  
འབྱོར་སློག་ཤིང་དུ་བྱས་ནས་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེར་ལྟ་བཞིན་པའི་དང་ནས་ཚུལ་གསུམ་ཆད་  
མས་ངེས་པའི་སྒྲོས་ཡང་ཡང་དབྱད་པར་མཛོད་ལ། དེའང་ལུང་དང་རིགས་པས་རི་ཙམ་དབྱད་  
པར་གྱུར་ཀྱང་རང་གི་སྒྲོ་ཁ་ནང་དུ་སྒྲིགས་པར་བྱས་ནས་མ་དབྱད་པར་ཁ་བྱིར་བལྟས་སུ་སོང་  
ན་འཇིག་ལྟ་ལ་མི་གཞོད་པར་མ་ཟད་ད་དུང་འཕེལ་བའི་བྱིར་སྒྲོ་ཁ་ནང་དུ་སྒྲིགས་པ་ནི་གང་  
ལས་ཀྱང་གནད་དུ་ཆེན།

གཉིས་པ་དངོས་གཞིའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས། མཉམ་བཞག་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། རྗེས་  
སྒོར་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བའོ། དང་པོ་ལ་བཞི། གནད་བཞིས་རི་ལྟར་དབྱད་པའི་ཚུལ། དབྱད་མཐར་  
ལྟ་བུ་ཉིད་པའི་ཆད། ཉིད་དོན་རི་ལྟར་བསྐྱུངས་པའི་ཚུལ། དབྱད་པ་གཞན་ལ་སྒྲོ་བའོ། དང་པོ་  
ལ་བཞི། དགག་བྱ་ངེས་པའི་གནད། ཁྱབ་པ་ངེས་པའི་གནད། གཅིག་བྲལ་ངེས་པའི་གནད། དུ་  
བྲལ་ངེས་པའི་གནད་དོ། དང་པོ་ནི། དོན་དེ་བྱིར་སྒྲོ་ཁ་ནང་སྒྲིགས་ནས། གནད་བཞི་ཡི་  
དབྱད་པ་ངེས་དགོས་བྱིར། གནད་དང་པོ་དགག་བྱ་ངེས་པའི་ཐབས། ཚུལ་འདི་ལྟར་གྲིས་ཤིག་  
སྐལ་ལྡན་ཁོད། ཅས་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་ནི་འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལ། གཞན་ནི་གོ་སྒྲོལ། དེ་ལ་  
དགག་བྱ་ངེས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དཔེར་ན། དབྲ་གསོད་པ་ལ་སློག་མར་གསད་བྱ་ངོས་  
ཟེན་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་གསད་པར་བྱ་བ་མི་སོད་ཅིང་། གསད་བྱ་མིན་པ་བསད་པའི་ཉིན་  
ཡོད་པ་བཞིན་དུ། རིགས་པས་འགོག་པའི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་དགག་བྱ་ངོས་ཟེན་པ་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་  
ཡིན་ན། དགག་པར་བྱ་བ་མ་བཀག་ཅིང་། དགག་བྱ་མིན་པ་བཀག་པའི་སྒྲིན་ཡོད་དོ། དེ་ལྟར་  
ཡང་སྒྲོད་འཇུག་ལས། བཏགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཇིན་མ་  
ཡིན། ཞེས་སོ། རང་གཞན་གྱི་སྤྱེ་པ་ཀྱན་གྱིས་གཞི་བྱས་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་དགག་བྱ་  
རེ་རེ་འཇོག་པར་འབྲེལ་འབྲེག་མཚམས་མི་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་ལྟ་བའི་འདོད་ཚུལ་མི་འབྲེལ་བ་



བྱུང་སྟེ། དེའང་ཕྱོགས་ཅམ་མཆོན་ན། ཕྱི་ནང་གི་བྱུབ་མཐའ་སྤྱོད་པ་རྒྱལ་ས་ཆོག་པའི་མདུན་  
 སར་སྤྱོད་མ་མཁན་ཞིག་གིས་ནམ་མཁའ་སྤོང་པར་བྱམ་པ་ཞིག་སྤྱུལ་ན། དེའི་ཆེ་རང་རང་གི་བྱུབ་  
 མཐའི་དབང་གིས་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འོང་སྟེ། འདི་ལྟར་ཕྱི་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་མཐོང་རྟོག་གཅིག་  
 ཏུ་ཞེན་པའི་སྒོ་ནས་སྒོ་ལ་སྤང་བ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་བདེན་ལོ་སྤྱོད་ཏུ་སེམས། བྱེ་མདོས་ཡིད་ཤེས་  
 རྟོག་པ་ལ་སྤང་བ་མི་བདེན་ཡང་དབང་པོའི་མདོན་སྤྱོད་ལ་སྤང་བ་ནི་དེ་ཁོ་ནའོ་སྤྱོད་ཏུ་བདེན་  
 པར་བཟུང་། སེམས་ཅམ་པས་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ལ་སྤང་བ་དེ་ཡང་ནང་གི་འབྲུལ་རྒྱུའི་དབང་  
 གིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཏུ་སྤང་བར་ཟད་ཀྱི། དོན་དམ་པར་ན་ནང་གི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ལས་མ་  
 འདས་སོ་སྤྱོད་ཏུ་སེམས་ཅམ་ཏུ་བདེན་པར་ཞེན། དབྱ་མ་རང་རྒྱུད་པས་ནི། སེམས་ཅམ་ཏུ་འང་  
 མི་བདེན་མོད། འོན་ཏེ་བྱམ་པ་དེ་ཉིད་ཡུལ་སྟོང་ནས་བྱུབ་པ་ཞིག་ནི་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཏུ་ན་སྒོ་  
 གཞོད་མེད་ལ་སྤང་བར་མི་རིགས་སོ་སྤྱོད་ཏུ་སེམས། ཐལ་འགྱུར་བས་ནི། རྟེན་འབྲེལ་ཆོག་པ་  
 པའི་དབང་གིས་སྒོ་ལ་སྤང་བར་ཟད་ཀྱི། དོན་ལ་བྱུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་སྤྱོད་ཏུ་བཟུང་  
 རོ། དེ་ལྟར་འདོད་པ་ཐ་དད་པ་དེ་དག་ལས་ཐལ་འགྱུར་བའི་འདོད་པ་ཉིད་བྱམ་པ་དེའི་གནས་  
 ལུགས་དང་མཐུན་པ་ལྟར་གཞུགས་སྤྱོད་སོགས་ལའང་འདྲ་སྟེ། འདི་ལྟར་སྤྱོད་མའི་བྱམ་པ་ནི་  
 གཞུགས་སོགས་ཆོས་ཅན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་དཔེར་བྱ་ལ། དེའང་བྱམ་པ་དེ་མི་བདེན་ཡང་བདེན་པ་  
 ལྟར་ཏུ་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་སྤྱུལ་བ་ནི་གཞུགས་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུབ་ཀྱང་བྱུབ་པ་ལྟར་  
 ཏུ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བཅོས་པའི་དཔེའོ། སྤྱུལ་གཞི་ཅི་ཡང་མེད་པར་ནམ་མཁའ་སྤོང་པའི་རང་ནས་  
 བྱམ་པར་སྤྱུལ་བ་ནི་འབྲུལ་གཞི་ཅི་ཡང་མེད་པར་གཞུགས་སོགས་དེ་དང་དེར་སྤང་བའི་དཔེ་  
 རྟེན། འབྲུལ་བ་གཞི་མེད་ཅུ་བལ་ཏུ་གསུངས་པའི་དགོངས་པའང་དེ་ཉིད་དོ། བྱམ་པ་དེ་སྤྱོད་པས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་དབང་པོ་བསྐྱེད་པ་དེ་སྤྱིད་ཏུ་སྤང་ཞིང་སྤྱོད་པས་དང་བལ་བའི་འོག་ཏུ་མི་སྤང་བ་ནི་  
 གཞུགས་སོགས་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་དང་བཅས་པ་དེ་སྤྱིད་ཏུ་སྤང་

ཞིང་མ་རིག་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་ཕྱིན་ཆད་མི་སྤང་བའི་དཔེའོ། ། འོ་ན་མ་རིག་བག་  
ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་མི་སྤང་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་རིག་ཅན་ལ་སྤང་བའི་སློན་ས་སངས་རྒྱས་ལ་སྤང་གི་རང་དབང་དུ་མི་སྤང་  
བས་སློན་མེད་དོ། ། འདི་ནི་ཆེས་ཟབ་ཅིང་དཀའ་བའི་གནས་ཡིན་པས། འོག་ནས་རྒྱས་པར་  
དབྱུང་དོ། ། ཡབ་སྲས་མཇུག་པའི་མདོ་ལས། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟོན་པར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པས་གཟིགས་སོ། ། ཞེས་འཇིག་རྟེན་པས་རི་ལྷར་མཐོང་བའི་ཚུལ་དེ་ཅུང་ཞིག་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གཟིགས་པར་གསུངས་པའི་བྲག་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་རང་དབང་དུ་  
མི་སྤང་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟོན་པར་སྤོང་བ་དོན་མེད་དུ་  
འགྱུར་རོ། ། འབྲུལ་གཞི་མེད་པར་བཤད་པ་ལ་འདི་སྟུང་དུ་གཞུགས་སོགས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་  
འབྲུལ་པ་ཡིན་པས་འབྲུལ་གཞི་མེད་པར་རི་ལྷར་རིགས་སྟུང་ན། དེ་ལ་འདི་འདྲི་སྟེ། དཔེར་ན་  
རྩེ་ལ་ཤིང་རྩ་སྤང་དུ་སྟུང་བའི་ཆེ་སྟུང་གཞིའི་རྩེ་ལ་ཤིང་ཅུང་དོན་ལ་ཡོད་ཅིང་། སྟུང་བའི་རྩ་སྤང་  
མེད་པ་དང་འབྲུལ་བར་གཞུགས་སོགས་དེ་དང་དེར་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྤང་སྟེ། འབྲུལ་བ་ན་འབྲུལ་  
གཞིའི་གཞུགས་སོགས་ཅུང་དོན་ལ་ཡོད་ཅིང་། འབྲུལ་བའི་བདེན་གྲུབ་དོན་ལ་མེད་པས་དེའི་  
ཆ་ནས་འབྲུལ་གཞི་ཡོད་ལ་འབྲུལ་ཆ་མེད་པའི་བྱུང་བར་ཡོད་དོ་སྟུང་དུ་སེམས་པ་ཡིན་ན་ནི་  
གཏན་མི་རིགས་ཏེ། འདི་ནི་གཞུགས་སོགས་རང་ངོས་ནས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་བདེན་གྲུབ་རང་  
ངོས་ནས་མེད་པའི་བྱུང་བར་འབྱེད་པ་ཅུང་དུ་སོང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟ་མིན་པར་གཞུགས་  
སོགས་དེ་དང་དེར་སྤང་བའི་ཆ་དེ་ཅུང་ཞིག་ཐ་སྟོན་དུ་ཁས་ལེན་ཅིང་། དེ་དང་དེར་གཤེགས་ལ་  
གྲུབ་པ་ནི་ཐ་སྟོན་དུའང་ཁས་མི་ལེན་པས་དེ་ལ་བསམས་ཏེ་འབྲུལ་གཞི་ཡོད་ཅིང་། ཅིག་ཤོས་  
མེད་པའི་བྱུང་བར་འབྱེད་ན་ནི་རང་ལུགས་དང་མཐུན་མོད། དེ་ནི་དོན་སྟོང་དུ་གྲུབ་པའི་འབྲུལ་  
གཞི་མེད་པ་ལ་བསམས་ནས་སྤྲོས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་སྟུང་མའི་རྩ་སྤང་དཔེར་ལེན་ནའང་ནམ་

མཁའ་སྟོང་པར་སྐྱེལ་བ་དཔེར་ལེན་ན་དོན་ལ་འགྱུར་ཆ་བས་ཆེ་སྟེ། རོ་བོ་ཆེན་པོས། དབྱ་མའི་  
སྐབས་སུ་སྐྱེལ་མའི་དཔེར་ལེན་པ་ན་ནམ་མཁའ་སྟོང་པར་སྐྱེལ་གྱིས་བཏབ་པས་རྟ་སྒྲུང་སོགས་  
སུ་སྒྲུང་བ་དཔེར་ལེན་གྱི། དེལ་ཤིང་སོགས་རྟ་སྒྲུང་དུ་སྐྱེལ་བ་དཔེར་མི་ལེན་ཏེ། དེ་ནི་དངོས་སྐྱེ་  
བས་དཔེར་ལེན་ལུགས་ཡིན་གསུང་སྟེ། དེས་ན་འབྲུལ་གཞི་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་སྐྱེལ་  
རྩིས་གི་མཐུས་བུམ་པར་སྒྲུང་བ་ན་དེའི་ཆེ་བུམ་པ་ནི་ཡོད་ལ་བདེན་པར་ནི་མེད་དོ་ཞེས་དབྱེར་  
མི་རུང་བ་བཞིན་དུ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཙམ་གྱི་དབང་གིས་གཟུགས་སྐྱེ་སོགས་དེ་  
དང་དེར་སྒྲུང་བ་ན་གཟུགས་སྐྱེ་སོགས་ཡོད་ལ། བདེན་པར་བྱུང་བ་མེད་ཅེས་ཆ་མ་བྱེ་བར་རེ་  
ཞིག་སྟོ་ལྟན་སྟེས་ལ་རི་ལྟར་སྒྲུང་བའི་གཟུགས་སྐྱེ་སོགས་ཁོ་ན་དགག་བྱར་བཞག་ནས་འགོག་  
ན་གནད་དུ་འགྱོ་བར་སེམས་སོ།། དེས་ན་སྐྱེར་སྐྱེལ་མའི་བུམ་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་བུམ་པ་རང་བཞིན་  
མེད་པས་སྐྱེ་མ་དགག་གཞི་དང་བྱི་མ་དགག་བྱར་འགྱུར་བ་ཡིན་མོད།། འོན་ཏེ་དེ་གཉིས་སྒྲུང་  
ཚུལ་གྱི་སྟེང་ནས་བྱུང་བར་མེད་པས་རི་སྟོང་སྐྱེལ་མའི་གནས་ལུགས་མི་ཤེས་པ་དེ་སྟོང་གང་  
ཟག་དེའི་སྟོ་རོར་དགག་གཞི་དང་དགག་བྱ་དེ་གཉིས་ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱུང་བར་བྱེ་ནས་བཞག་མི་  
བྱས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེར་གཟུགས་སྐྱེ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་དེ་དང་དེར་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་  
གཟུགས་སོགས་དགག་གཞི་དང་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་དགག་བྱ་ཡིན་པས་འདི་  
འགོག་དང་འདི་མི་འགོག་གི་ནམ་དབྱེ་ཡོད་མོད། འོན་ཏེ་དེ་གཉིས་སྒྲུང་ཚུལ་གྱི་སྟེང་ནས་བྱུང་  
བར་མེད་པས་སྐྱེལ་མ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པ་དེ་སྟོང་དུ་འདི་  
ཡོད་འདི་མེད་ཀྱི་བྱུང་བར་བྱེ་ནས་འཛོག་མི་བྱས་ཏེ། དབྱ་མའི་ལྟ་བ་རྟོང་མ་རྟོང་གྱི་བར་ལ་  
ཆོས་ཅན་མཐུན་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་འདི་ལ་བཞེན་ནས་ཤེས་དགོས་སོ།། དེ་ལྟར་  
གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་སྟོ་ལྟན་སྟེས་ལ་གསལ་བར་འཆར་དུ་བཟུག་ནས་དགག་  
དགོས་ཀྱི། གཞན་དུ་ན་གནད་དུ་མི་འགྱོ་བས་དགག་བྱ་འཆར་དུ་འཇུག་པའི་ཐབས་ནི་འདི་ལྟར་

དུ་བྱ་སྟེ། གཞན་ཞིག་གིས་མི་མང་པོ་འཛོམས་པའི་སར་བདག་རང་ལ་རྒྱ་མ་ཞེས་སྟོན་པོར་  
ཞེས་པ་ལྟ་བུས་སྟོན་འཇུགས་པའི་ཆེན་འདི་སྟུང་དུ་ངས་བརྒྱ་བར་ལྟ་ཞོག་གི་རྒྱ་སྟུང་པ་ཙམ་  
ཡང་མེད་པ་ལ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་ཁག་འདི་ལྟར་འཇུགས་སོ་སྟུང་དུ་སྟོན་བརྗོད་ཡུལ་གྱི་ང་ལིང་  
ལིང་པོ་ཞིག་སྟོང་གི་དཀྱིལ་དུ་གསལ་བར་འཆར་བས་ཚུལ་དེ་ལ་མ་ཡིངས་པར་སྟོས་ཤིག་དང་  
སྟོས་པར་བཏགས་ཙམ་མིན་པར་དོན་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་འཆར་ལུགས་ཤིག་ཡོད་  
དོ། ཡང་གཞན་འགའ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཁྱོད་ཡོན་ཏན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་  
ཆར་བསུགས་པའི་ཆེན་འཇུག་དེ་ལྟོས་སྟུང་དུ་བསུགས་པ་བརྗོད་ཡུལ་གྱི་ང་གཞན་ལ་སྟོས་མེད་  
ཅན་ཞིག་ཤར་རོ། བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པ་ལས། གང་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ལ་རག་  
མ་ལས་པའི་ངོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་ཏེ། དེ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རག་  
མ་ལས་པའི་དོན་ཡང་ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་ཡུལ་ཅན་རྣམ་རྟོག་ལ་རག་མ་ལས་པའི་དོན་ཏེ།  
དེའང་རྟོག་པས་པར་བཏགས་ཙམ་མིན་པར་དོན་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་དོན་ནོ། སྟོས་མེད་  
ཅན་ནི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པ་དང་གཞན་གཅིག་ལ། དེས་ན་རང་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་མ་སྟོས་  
པར་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བ་ལ་གོ་བར་བྱ་ཡི། གཞན་ལ་སྟོས་ཙམ་ལ་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་  
དངོས་སྟེ་བས་ཀྱང་གཞན་ལ་སྟོས་པ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དགག་བྱ་ཞིགས་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་  
རོ། ལིང་པོ་དང་ཚུགས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་སོགས་དགག་བྱའི་མིང་འདོགས་མི་འདྲ་བ་གསུངས་པ་  
རྣམས་ལའང་དོན་ནི་སྟེ་མ་དང་གཞན་གཅིག་ཏུ་གོ་བར་བྱའོ། དེ་ལྟར་དགག་བྱའི་དོན་སྟེ་  
འཆར་དུ་བརྟག་ནས་དེ་ངས་པར་བྱེད་ཚུལ་ནི། རྫོ་སྟེ་གཅིག་སྟེ་ལ་གོ་ཚུལ་གྱིས་རང་འཛིན་ལ་  
ཅེར་གྱིས་བལྟས་པར་བྱུང་ན་རྫོ་སྟེ་མ་སྟེ་དེ་ལྟར་ལྟ་བའི་རྫོ་འཛིན་སྟངས་ཤུགས་བྱུང་བྱུང་  
པའི་མཐུས་དགག་བྱའི་སྟངས་ཚུལ་དེ་སྟོང་ཡུལ་དུ་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བས་ངོས་ཟིན་པར་དགའོ། དེ་  
ལྟར་ན་ལྟ་ཚུལ་མཁས་དགོས་ཏེ། འདི་ལྟར་རྫོ་བྱིངས་པོ་དགག་བྱའི་འཛིན་ཚུལ་དེར་རང་སོར་

བཞག་ནས་སྒྲོའི་ཆ་ཤས་སམ་ཟུར་གཅིག་གིས་དགག་བྱའི་བདག་དེ་རི་ལྟར་དུ་འཛིན་ཚུལ་ལ་  
 བཏགས་ཤིག་བྱ། ཞེས་སོ།། དེ་བཞིན་དུ་བཟུས་པའི་ཆེན་དགག་བྱའི་འཛིན་ཚུལ་དེ་གསལ་  
 བར་ངེས་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཆད་ནི། དཔེར་ན་ཐག་པ་ལ་སྐྱལ་དུ་འཁྲལ་བའི་ཆེན་ཉག་པས་པར་  
 བཏགས་ཅམ་མ་གཏོགས་ཐག་པའི་ངོས་ནས་སྐྱལ་དུ་མ་གྲུབ་མོད། འོན་ཏེ་སྐྱལ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་  
 དེའི་ངོས་ནས་སྐྱལ་རང་མཆོན་པའི་སྤང་ཞེན་ཡོད་པ་དང་འདྲ་བར་རང་ངམ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 གདགས་གཞི་བྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་པས་པར་བཏགས་ཅམ་ཡིན་མོད། འོན་ཏེ་རང་འཛིན་  
 གྱི་སྒྲོ་ལ་ང་ལུས་སེམས་སོགས་བྱང་པོའི་ཆ་གང་ལའང་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཚུགས་སྤུབ་ཀྱི་ཡིང་  
 པོ་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཞིང་། སྤང་ཚུལ་དེ་གསལ་བར་ངེས་ན་དེའི་ཆེན་དགག་བྱ་ངེས་པ་ཞེས་  
 བྱའོ།། ཡིང་པོ་ནི་ཚུགས་སྤུབ་ཀྱི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྟོས་མེད་ཀྱི་དོན་ཏེ། དེའང་ལུས་སེམས་  
 སོགས་གང་ལའང་མ་སྟོས་པར་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་དོན་ནོ།། དེ་ལྟར་བསྐྱུབ་བྱ་བ་དེན་མེད་  
 རྟོགས་པའི་སྟོན་རོལ་དུ་དགག་བྱ་བ་དེན་གྲུབ་ངོས་ཟེན་དགོས་པར་བཤད་པ་ལ། དོགས་པའི་  
 གནས་ནི་བསྐྱུབ་བྱ་མི་རྟག་པར་ངེས་པ་ལ་སྟོན་དུ་དགག་བྱ་རྟག་པ་ངོས་ཟེན་དགོས་སམ་མི་  
 དགོས། དགོས་ན་རྟག་པར་ངེས་པ་ལའང་མི་རྟག་པ་སྟོན་དུ་ངོས་ཟེན་དགོས་པར་འགྱུར་བས་  
 དེ་ལྟ་ན་རྟོག་པ་པན་ཚུན་བརྟེན་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་ངོ།། མི་དགོས་ན་ནི་འདི་ལ་ཡང་མི་དགོས་  
 ཏེ། མཚུངས་པས་སོ་སྟམ་ན། རྟག་པའི་ངོ་པོ་མི་ཤེས་ན་དེས་སྟོང་པར་མི་ཤེས་པས་མི་རྟག་  
 ངེས་པ་ལ་རྟག་པར་ངོས་ཟེན་དགོས་མོད། དེ་ལྟ་ན་འང་རྟག་པར་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་དེ་ནི་  
 དགག་ཆོས་དང་བསྐྱུབ་ཆོས་དངོས་འགལ་དུ་ངེས་པའི་ཆད་མའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པས་རྗེས་  
 གྲུབ་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཅམ་ཡིན་ནོ།། འདིར་བཤད་པའི་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་དེ་ཡང་དེ་  
 སྒྲོར་གྱི་རྗེས་གྲུབ་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཅམ་ཡིན་མོད། འོན་ཏེ་རྗེས་གྲུབ་ངེས་པའི་ཆད་མ་ལས་  
 སོགས་སུ་དགག་བྱ་ངེས་པའི་ཆད་མ་ཞེས་འདི་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བཀར་ནས་གསུངས་པ་ནི་རྗེ་

རིན་པོ་ཆའི་བཞེད་སྒོལ་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེའང་རྗེའི་སྒོན་རྩལ་དུ་བྱོན་པའི་སྤ་  
རབས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ལྟ་བའི་ཐད་ལ་འབྲལ་བ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ཡང་དགག་བྱ་འདི་ཡིན་  
ཞིག་གསལ་པོར་འཛོག་མི་ཤེས་པའི་སྒྲོན་ཡིན་པར་གཟིགས་ནས་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་དགག་བྱ་  
ངོས་འཛིན་གྱི་སྐྱོར་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་གསུངས་སོ།། དགག་བྱ་གང་ཡིན་ཞེས་ཟིན་ན་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་དང་རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་བྱུབ་པ་སོགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱི་ངོས་ཟིན་པ་  
ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི། དགག་བྱའི་དོན་སྤྱི་ངོས་ཟིན་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེའང་རང་རྒྱུད་གྱི་སྒོ་  
ལྷན་སྤྱེས་ལ་བརྟགས་ནས་ངོས་ཟིན་པ་དགོས་ཀྱི། གཞན་དུ་ན་འབྲེལ་སྐོ་དང་སྤྱད་ཀྱང་སྒྲིའི་  
དཔེ་ལྟར་གནད་དུ་མི་འཁྲོ་བས་དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་རྗེ་ཡབ་སྐུས་གྱིས་དགག་བྱ་  
ངོས་འཛིན་གྱི་སྐབས་སུ་རང་འཛིན་ལྷན་སྤྱེས་ལ་ང་སྤང་ཚུལ་དང་ཞེན་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་  
ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་འདིར་ཡང་རང་འཛིན་ལྷན་སྤྱེས་ལ་ང་འཆར་དུ་འབྲུག་པའི་ཐབས།  
འཆར་ནས་དེ་ལ་བལྟ་བའི་ཚུལ། བལྟས་ནས་ངོས་ཟིན་པའི་ཆད་སོགས་རྒྱས་པར་བཀའ་སྤྱལ་  
ཏོ།། གནད་གཉིས་པ་བྲབ་པ་ངེས་པའི་ཚུལ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་བྱུབ་པའི་ང་  
དེ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ལུས་སེམས་སོགས་ལྷང་པོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་གང་བྱུང་དུ་ཡོད་དགོས་ཀྱི།  
དེ་ལས་དོན་གཞན་པའི་ཡོད་ལུགས་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ཐ་དད་པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
གནས་པའི་དངོས་འགལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དབུ་མའི་གཞུང་ནམས་སུ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་  
གྱི་སྒྲོ་ནས་བརྟག་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་སྤྲུལ་ཤིང་། དེ་དག་ཀྱང་གཅིག་ཐ་དད་གྱི་བརྟག་པ་དང་  
གནད་གཅིག་པས་ན་གཏན་ཆོག་པའི་ཉི་འབྲུལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞན་ཡང་གཅིག་བྲལ་གྱི་  
སྒྲོ་ནས་རྟག་མཐའ་སེལ་ཞིང་། དུ་བྲལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཆད་མཐའ་སེལ་བས་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ་  
འཛེམས་པ་ལ་རིགས་པ་གཞན་ལས་མཐུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། ས་  
བོན་ཡོད་ན་སྤྱ་གུ་རྗེ་བཞིན་ཏེ། ས་བོན་གང་ཡིན་སྤྱ་གུ་དེ་ཉིད་མིན། དེ་ལས་གཞན་མིན་དེ་



ཡང་ས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་རྟག་མིན་ཆད་མིན་ཆོས་ཉིད་དོ། ཞེས་དང་། ཅ་ཤེས་ལས། གང་ལ་  
 བརྟེན་ཏེ་གང་འབྱུང་བ། དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་མིན། དེ་ལས་གཞན་པའང་ས་ཡིན་གྱིར། དེ་  
 བྱིར་ཆད་མིན་རྟག་མ་ཡིན། ཞེས་སོ། དེ་དག་གི་དོན་འགྲེལ་པ་ན་དབྱ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས།  
 གང་བྱིར་སྟུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མིན། དེ་བྱིར་སྟུ་གུ་ཆེ་ས་བོན་ཞིག་པ་མེད། གང་བྱིར་  
 གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་དེ་བྱིར་ཡང་། སྟུ་གུ་ཆེ་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མི་བྱ། ཞེས་གསུངས།  
 དེ་ལ་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཆད་མཐའ་ལས་གྲོལ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་  
 རྟག་མཐའ་ལས་གྲོལ་བའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་ཏོ། དེ་ལྟར་ཡང་ཟབ་དོན་སྣང་བ་ལས། གང་བྱིར་  
 སྟུ་གུ་ས་བོན་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་མིན་པ་དེའི་བྱིར་སྟུ་གུ་སྟེས་པའི་ཆེ་ས་བོན་ཞིག་པ་  
 སྟེ་རྒྱུ་ཆད་པ་མེད་པས་ཆད་མཐའ་ལས་གྲོལ། གང་བྱིར་ས་སྟུ་གུ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་པ་མིན་  
 པས་རྒྱ་འབྲས་སུ་འགོ་བ་དེ་བྱིར་ཡང་སྟུ་གུ་ཆེ་རང་གི་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པར་མི་བྱ་བས་  
 རྟག་མཐའ་ལས་གྲོལ་བའོ། ཞེས་སོ། ས་བོན་སྟུ་གུའི་དུས་སུ་ཡོད་པ་རྟག་མཐའ་དང་ས་བོན་  
 སྟུ་གུ་དུས་སུ་རྒྱུ་ཆད་པ་ཆད་མཐའ་ཡིན་པས་མཐའ་དེ་གཉིས་དང་བྲལ་བ་ནི་རང་སྟེ་དངོས་སྟེ་  
 བས་ཀྱང་འཛོག་ཤེས་ལ། ཡང་ས་བོན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུ་བ་པ་ཡོད་མཐའ་དང་ས་བོན་ཐ་སྟོད་  
 དུ་མེད་པ་མེད་མཐའ་ཡིན་པས་མཐའ་དེ་གཉིས་དང་བྲལ་བ་ནི་དབྱ་མ་པ་མིན་པས་འཛོག་མི་  
 ཤེས་སོ། དེས་ན་སྟེ་བ་སྟོར་གྱི་དབང་ལས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་ལ་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའི་མིང་གིས་  
 བརྟགས་ནས་གསུངས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་མོད། འོན་ཏེ་དོན་ལ་མི་གཅིག་པ་ནི་སྟོན་ཏེ་ལ་བལྟས་  
 ནའང་ཤེས་སོ། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་རྟག་ཆད་གང་རུང་ལས་མ་འདས་མོད་དེ་ཅེས་གྱིས་  
 དོན་གཅིག་པར་སྟུ་བ་མི་རྣམས་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུ་བ་ན་བཅོས་མིན་སོགས་ཁྱད་པར་གསུམ་  
 ལྟན་དུ་བྱུ་བ་དགོས་ཀྱང་ཁྱད་པར་གསུམ་ལྟན་གྱི་དངོས་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུ་བ་པ་དོན་མི་  
 གཅིག་པ་བཞིན་ནོ། གནད་གསུམ་པ་བདེན་པའི་གཅིག་བྲལ་ལ་གསུམ། གྱུ་བྱེད་མི་འཐད་པར་

ཐལ་བ། བདག་མང་པོ་དང་ཕྱང་པོ་ལྔ་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བ། བདག་ཕྱང་པོ་ལྔ་རྩེ་འཛིག་བྱེད་པར་  
ཐལ་བའོ། དང་པོ་ནི། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་ལུས་སེམས་སོགས་ཕྱང་པོ་ལྔ་དང་  
གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་གི་ཚུལ་དུ་ཡོད་དགོས་པས་གང་དུ་ཡོད། ཐ་དད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་དེ་  
ཞེ་ན། འོག་ཏུ་འགོག་ཅིང་། གཅིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་ཅི་ན། འོ་ན་ཕྱང་པོ་ལྔ་པོ་དེ་ཉི་ལར་སྒྲང་  
བྱ་དང་བདག་དེ་ཉི་ལར་ལེན་པ་པོ་ཡིན་པར་མི་འཐད་དེ། བྱ་བྱེད་གཅིག་ཡིན་པར་མི་འཐད་པའི་  
ཕྱིར། གཞན་དུ་ན་བསྐྱེད་བྱེད་ལྷིང་དང་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་མེ་གཉིས་པོ་ཡང་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
སོགས་མཐའ་ཡས་སོ། རིགས་པ་འདི་དག་ནི། དབྱ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། ལེན་པོ་རང་ཉིར་  
ལེན་གཅིག་རིགས་དངོས་མིན། དེ་ལྟ་ན་ལས་བྱེད་པོ་གཅིག་ཉིད་འགྱུར། ཞེས་དང་། ཅ་ཤེས་  
ལས། ལྷིང་ལྷིང་གང་དེ་མེ་ཡིན་ན། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པའོ། དེ་དག་གིས་ནི་བདག་ཕྱང་གཅིག་ཡིན་ན་སྒྲང་བྱ་ལེན་བྱེད་དུ་མི་  
འཐད་པར་བརྟན་ནས། སྤྱིར་ཕྱང་པོ་ཉི་ལར་སྒྲང་བྱ་དང་བདག་ཉི་ལར་ལེན་པ་པོ་ཡིན་པའི་ཚུལ་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི། དཔེར་མཆོན་ན་བདག་གི་ལུས་དང་བདག་གི་སེམས་ཞེས་བདག་ནི་  
དབང་སྒྱུར་བ་པོ་ལྟ་བུ་དང་ལུས་སེམས་སོགས་ཕྱང་པོ་ནི་དབང་བསྒྱུར་བྱ་ཡིན་པར་རང་སྤྱོད་  
གིས་དངོས་སུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྤྱི་མ་ལེན་པོ་དང་ཕྱི་མ་སྒྲང་བའོ།

གཉིས་པ་བདག་མང་པོ་དང་ཕྱང་པོ་ལྔ་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བ་ནི། དེ་ལ་སྤྱིར་བྱ་བྱེད་  
མི་འཐད་པར་མ་ཟད་དོན་གཞན་ཡང་ལུང་རིགས་ཀྱི་གཞོན་བྱེད་འདི་ལྟར་དུ་ཡོད་དེ།  
འཇུག་པ་ལས། གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་བདག་ན་དེ་ཕྱིར་དེའི། མང་བས་བདག་དེ་དག་ཀྱང་མང་པོར་  
འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བདག་ཕྱང་པོ་ལྔ་དང་གཅིག་ཡིན་ན་མི་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་ཕྱང་  
པོ་ལྔ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་བདག་དེ་ཡང་ལྔ་རུ་ཐལ་བའམ་ཡང་ན་ནི་ང་གཅིག་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ཕྱང་  
པོ་ལྔ་ཡང་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཕྱང་པོ་ལྔ་ཡང་ཆ་མེད་གཅིག་ན་ནི་བདག་

ཤི་ནས་གཞུགས་ཕྱང་མེར་སྲེག་པའི་ཆེ་ཆོར་ཕྱང་སོགས་ཕྱང་པོ་གཞན་བཞི་ཡང་མེར་སྲེག་  
 གྱུར་ཏམ་སྟེ་སྲེག་པར་ཐལ་བ་དང་། ང་གཞུགས་མེད་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཡང་སྤར་དུས་ཀྱི་  
 གཞུགས་ཕྱང་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ།། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་ཕྱང་པོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་གང་  
 དུ་ཡོད་ཅེས་བརྟགས་ནས་འགོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ནི་བདག་མང་པོ་དང་ཕྱང་པོ་གཅིག་ཏུ་  
 ཐལ་བ་དང་པོ་ནས་འཕངས་པས་ཆོག་ལ། བདག་ཕྱང་ངོ་པོ་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་ལྟོག་པ་ཐ་དད་  
 དུ་འདོད་པའི་སྤྱོད་ལ་འཕངས་པའི་ཆེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ངོ་པོ་གཅིག་ལ་ཐ་དད་  
 གཏན་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པས་བྱུང་བ་སྟོན་ལ་བསྐྱབས་ནས་གཟོད་ཐལ་བ་དེ་གཉིས་འཕངས་  
 དགོས་ཀྱི་དང་པོ་ནས་འཕངས་ན་མ་བྱུང་བའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བར་གསུང་། ཞིབ་ཆ་འདི་ནི་མེ་  
 དང་བྱད་ཤིང་གི་སྟོན་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པས། དེའི་ཚུལ་ཅུང་ཟད་བཤད་ན་བྱད་ཤིང་ཞེས་  
 པ་ནི་འབྱད་པར་བྱ་བའི་ཤིང་ཞེས་པའི་བསྐྱེད་ཆོག་ཡིན་པས་བསྲེག་བྱའི་ཤིང་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཀྱི་  
 ཤིང་གང་ཡིན་ལ་ཟེར་བ་མིན་ནོ།། ཡང་གང་ལ་སྲེག་པའི་བྱ་བ་མི་འཇུག་ན་དེ་ཉིད་བསྲེག་བྱའི་  
 ཤིང་དུ་འགལ་བས་བྱད་ཤིང་ཡིན་ན་མེས་བསྲེག་བཞིན་བཞིག་དགོས་སོ།། དེ་ལྟར་ཡང་བཞི་  
 བརྒྱུ་པ་ལས། མེས་ནི་ཆ་བ་ཉིད་བསྲེག་སྟེ། ཆ་བ་མ་ཡིན་རྗེ་ལྟར་སྲེག་ །དེ་བྱིར་བྱད་ཤིང་  
 ཞེས་བྱ་མེད།། དེ་མེད་པར་ནི་མེ་ཡང་མེད།། ཅེས་བསྲེག་བྱའི་ཤིང་སྟེ་བྱད་ཤིང་ཡིན་ན་སོལ་བ་  
 དམར་འབར་བ་ལྟ་བུ་ཆ་རེག་དང་བཅས་པ་ཞིག་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། ཆོག་གསལ་ལས་  
 ཀྱང་། བསྲེག་བཞིན་མིན་པ་བྱད་ཤིང་དུ་མི་འཐད་པའི་བྱིར། ཞེས་དང་། ཅུ་ཤེས་ཤིག་ཆེན་ལས་  
 ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་གསུངས་པས་མེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་སྤྲ་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་ཤིང་མཐའ་དག་བྱད་ཤིང་  
 མིན་པར་གསལ་ལོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཉིས་ནི་བྱ་རམ་ཀྱི་ངོ་གཞུགས་བཞིན་  
 དུ་ལྟན་ཅིག་པར་མ་ཟད། བདག་དང་ཕྱང་པོ་བཞིན་དུ་ངོ་པོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་ཆོས་ཐ་དད་པ་ཞིག་  
 ཀྱང་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། ཅུ་ཤེས་ལས། མེ་དང་ཤིང་གིས་བདག་དང་ནི། ཉེ་བར་ལེན་

པའི་རིམ་པ་ཀུན།། བྱམ་སྒྲུལ་ལ་སོགས་ལྷན་ཅིག་ཏུ། མ་ལུས་པར་ནི་རྣམ་པར་བཤད།། ཅེས་  
མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཅིག་ཐ་དད་ལ་བརྟགས་ནས་འགོག་པའི་རིགས་པ་གང་ཡིན་བདག་ཕྱང་ལ་  
སྒྲུང་བར་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ།། གཞན་ཡང་། མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཅིག་ཡིན་ན་བྱ་བྱེད་  
གཅིག་པས་བསྐྱེད་བྱ་བསྐྱེད་བྱེད་དུ་མི་འཐད་ལ། རོ་བོ་ཐ་དད་ཡིན་ན་དུས་མཉམ་རོ་བོ་ཐ་དད་  
ལ་མན་ཚུན་ལྟོས་པའི་འབྲེལ་བ་གཉིས་སོ་གང་ཡང་མི་འཐད་པས། བྱད་ཤིང་མེད་པར་ཡང་  
མེ་ཡན་གར་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ཅ་ཤེས་ལས། བྱད་ཤིང་གང་དེ་མེ་ཡིན་  
ན།། བྱེད་པ་སོ་དང་ལས་གཅིག་འགྱུར།། གལ་ཏེ་ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ན།། ཤིང་མེད་པར་ཡང་  
འབྱུང་བར་འགྱུར།། ཞེས་སོ།། ཁ་ཅིག་མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཉིས་རོ་བོ་ཐ་དད་ཡིན་པ་འོས་མེད་  
དུ་བྱས་ནས་གཞོད་བརྗོད་བྱི་མ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་ཞེས་ཁྱད་པར་འབྱེད་པ་སྐྱད་  
བྱས་པ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པའི་གནད་མ་རྟགས་པའི་བབ་ཅོལ་ལོ།། མདོར་ན་མེ་དང་བྱད་ཤིང་  
གཉིས་སོ་ལྗོག་ཆོས་གཅིག་དང་རོ་བོ་ཐ་དད་གང་དུ་ཁས་སྦངས་ཀྱང་ཅ་ཤེས་སོགས་སྟེ་  
གཉིས་གཅིག་ཐ་དད་ཀྱི་ཚྭ་གས་ལ་བརྗོད་པའི་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་པས་རོ་བོ་གཅིག་  
ལ་ལྗོག་པ་ཐ་དད་པར་ཁས་སྦངས་པ་ལས་བྱར་མེད་དོ།། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་སོལ་བ་དམར་  
འབར་བ་བྱད་ཤིང་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་མེ་དང་ཤིང་གི་གཞི་མཐུན་དུ་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་རོ་མངར་  
ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་བཅས་པའི་བྱ་རམ་ཀྱི་གོང་བྱ་བྱར་གཞུགས་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་བྱ་རམ་ཀྱི་རོ་  
གཞུགས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ་ཞེས་འཕེན་པ་དང་འབྲུ་བས་ཉ་ཅང་ཅིངས་པའོ།། བྱ་རམ་  
ཀྱི་རོ་གཞུགས་གཉིས་སོ་གོང་བྱ་གཅིག་ཏུ་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་གནས་ཀྱང་དེ་གཉིས་གཞི་མཐུན་  
དུ་འདུ་བར་ཁས་ལེན་མི་དགོས་པ་བཞིན་དུ་སོལ་བ་དམར་འབར་བའི་སྟེང་དུ་མེ་ཤིང་གཉིས་  
དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་ཀྱང་གཞི་མཐུན་དུ་ཁས་ལེན་མི་དགོས་སོ།། གལ་ཏེ་སོལ་བ་  
དམར་འབར་བ་དེ་ཉིད་ཆ་ཞིང་ཆོག་པ་ཡིན་པས་མེར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བྱ་རམ་ཀྱི་གོང་བྱ་དེ་ཉིད་

མངར་བ་ཡིན་པས་རོར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བརྗོད་ན་ལན་ཅི་ཡོད། གོང་བྱ་ཚོགས་པ་ན་མངར་བའི་  
རོ་ཡོད་ཀྱང་གོང་བྱ་ཉིད་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པས་རོ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བདེན་ཏེ། སོལ་བའི་  
ཚོགས་པ་ན་ཆ་བའི་རེག་བྱ་ཡོད་ཀྱང་སོལ་བ་ཉིད་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པས་ཆ་བའི་རེག་བྱ་  
མ་ཡིན་ནོ།། རྒྱན་ལས་ཀྱང་། མཚན་ཉིད་དང་ནི་འཛིག་ཉེན་ན།། མཐོང་ཕྱིར་བསྟན་བཅས་སྟོ་  
ནས་ཀྱང་།། བྱད་ཤིང་མེ་བཞིན་གཉིས་སུ་ནི།། བརྗོད་མིན་མི་བྱད་གཉིས་ཕྱིར་རོ།། ཞེས་མེ་  
ཤིང་གཉིས་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པ་སོགས་རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱི་སྟོ་  
ནས་སོ་སོ་བར་བཤད་དོ།། གཞན་ཡང་མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཉིས་རོ་སོ་གཅིག་པར་མི་འཐད་དེ།  
དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཅ་ཤེས་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་གལ་ཏེ་འདི་སྟུང་དུ།། སྟེག་  
བཞིན་བྱད་ཤིང་ཡིན་སེམས་ན།། གང་ཆེ་དེ་ཅམ་དེ་ཡིན་ན།། གང་གིས་བྱད་ཤིང་དེ་སྟེག་  
བྱེད།། ཅས་སྟེག་བཞིན་བྱད་ཤིང་དུ་སྟོ་བ་དངོས་སུ་བཀག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བ་དག་ལ་ལན་རི་  
ལྟར་འདེབས་པ་སོགས་ད་དུང་དབྱད་པར་བྱ་བ་མང་ཡང་དེ་ཅམ་ལས་མ་སྟོས་སོ།།

སྟོས་པ། མ་བརྟགས་ཉམས་དགའ་ཅམ་ཞིག་མ་གཏོགས་པ།། མེ་དང་བྱད་ཤིང་ཅམ་  
གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཡང་།། བྱད་རིགས་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་འཛོག་ཤེས་པ།། ཡུལ་དུས་འདི་ན་ཤིན་ཏུ་  
དཀོན་མིན་ནམ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་པོའི་གནས་ལུགས་ཞར་བྱང་ཅམ་དུ་ཐལ་བའོ།།

གསུམ་པ་བདག་སྟེ་འཛིག་བྱེད་པར་ཐལ་བ་ལ་གསུམ། རྒྱན་སྟེ་བར་ཐལ་བ། ལྷན་  
ཅིག་སྟེ་འཛིག་མི་བྱེད་པར་ཐལ་བ། དེའི་ལན་དགག་པའོ།། དང་པོ་ནི། ཅ་ཤེས་ལས། གལ་ཏེ་  
བྱད་པོ་བདག་ཡིན་ན།། སྟེ་དང་འཛིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་བྱད་  
གཉིས་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་ན་བདག་དེ་ཉིད་ལུས་ལྟར་སྟེ་འཛིག་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་  
ལུས་སྟུང་ཡོད་རྒྱན་འཆད་ནས་སྟུང་མེད་གསར་དུ་སྟེ་བ་ལྟར་བདག་ཀྱང་སྟུང་རྒྱན་འཆད་ཅིང་  
བྱི་མ་གསར་དུ་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ།། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འདོད་ན་ནི་ལས་མ་བྱས་པ་དང་སྤང་ཅིང་

བྱས་པ་ཚུད་ཟ་བ་དང་རང་གི་སྐྱེ་བ་བྲན་པ་མི་འཐད་པ་སོགས་སྐྱོན་མང་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། དངོས་སྤྱོད་པ་ན་རེ། སྤྱོད་ཀྱི་ང་ལུས་ལྟར་འཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
སྐྱེ་འཇིག་མི་བྱེད་པར་བདེན་མོད། འོན་ཏེ་སྤྱད་ཅིག་གིས་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པས་སྐྱོན་མེད་དོ་ཞེ་  
ན། ཚུགས་བྱལ་ཏུ་བྱལ་བའི་ཚུགས་ལ་སྐྱེ་འཇིག་གི་ཚུལ་དེ་ཡང་སྤྱད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་  
གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་རྟེན་འབྱུང་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱལ་བ་ཁོ་བོའི་ལུགས་ཡིན་  
པས་ཚུགས་བྱལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་སྐྱེ་འཇིག་མི་སྤྱད་པ་ཡིན་ཏུ་ཡང་མ་བྱལ་ཅེ་ན། དེ་སྤྱད་ན་  
གང་ལ་རང་འཇིན་ལྟར་སྐྱེས་སྐྱེ་བའི་བདག་ལར་ནས་སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་  
ཆ་དེ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཡིན། གཅིག་ཡིན་ན་ནི་ཆེ་རབས་སྤྱི་བྱེད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། ཆེ་སྤྱི་བྱེད་པ་རྣམས་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་  
བདག་འདི་ནས་བྱེད་མར་འཕོ་བར་མི་སྤྱད་ཅིང་གནས་གཞན་ནས་འདིར་ཡང་སྐྱེ་བར་མི་སྤྱད་  
དོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཆེ་སྤྱི་བྱེད་པ་གསུམ་གྱི་ང་དེ་དག་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་  
ན་ས་མུག་གཅིག་ཡིན་ན་ས་པོན་འགགས་ནས་སྤྱུ་བྱུར་སྐྱེ་བའི་རྣམ་དབྱེ་བྱུར་མེད་པ་བཞིན་དུ་  
ཆེ་སྤྱི་བྱེད་པ་རྣམས་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་ན་སྤྱི་མ་ཡི་ནས་བྱེད་མར་སྐྱེ་བའི་རྣམ་གཞག་བྱུར་མེད་  
དོ། གལ་ཏེ་ཆེ་སྤྱི་བྱེད་པ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱིར་ཐ་དད་ལ་འབྲེལ་  
མེད་གྱི་ཐ་དད་ཡིན་མི་དགོས་ཀྱང་། རང་བཞིན་གྱིས་བྱལ་བའི་ཐ་དད་ཡིན་ན་འབྲེལ་མེད་དོན་  
གཞན་གྱི་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་སོ་སོར་བྱལ་ན་པན་ཚུན་ལྟོས་པའི་འབྲེལ་  
བ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བྱམ་པ་དང་སྤྲུལ་བྱ་བཞིན་ནོ། དེ་ལྟར་ཆེ་སྤྱི་བྱེད་པ་རྣམས་ཐ་  
དད་ཚུལ་དེ་འབྲེལ་མེད་གྱི་ཐ་དད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དཔེར་ན་བྱམས་པ་དང་ཉེར་སྤྲུལ་བཞིན་  
ཚུད་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་ན་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མཉམ་པར་འགྱུར་ཞིང་ལས་བྱས་པ་



ཆུད་ཅ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་སྒྲིན་མང་དུ་འབྱུང་སྟེ། ཅ་ཤེས་ལས། གལ་ཏེ་འདི་ནི་གཞན་  
གྱུར་ན། དེ་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། དེར་མ་ཤི་  
བར་སྒྲིབ་བར་འགྱུར། ཆད་དང་ལས་རྣམས་ཆུད་ཅ་དང་། གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་  
ནི། གཞན་གྱིས་སོ་སོར་སྦྱོར་བ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། གལ་  
ཏེ་སྣ་ལས་མི་གཞན་ན། ཆུད་ནི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ཞེས་དང་། འཇུག་པ་ལས། གང་  
དག་རང་མཆོན་ཉིད་གྱིས་སོ་སོ་བ། དེ་དག་ཆུད་གཅིག་གཏོགས་པར་རིགས་མ་ཡིན། ཞེས་  
སོ། ཐལ་བ་དེ་དག་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཆོན་གཙོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་ན་པན་ཚུན་  
སྟོས་པའི་འབྲེལ་བ་མི་འཐད་པའི་གནད་གྱིས་ཡིན་ནོ། ཇེས་དཔག་ནི་ཁོང་བ་བརྒྱད་པ་དང་  
འབྲ་བས་དགག་སྒྲིབ་གང་བྱས་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་མངོན་སུམ་ཞིག་ལ་ཐུག་དགོས་ལ།  
དེས་ན་གཅིག་ཅ་དད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱུང་པའི་སྐབས་འདིར་ཡང་མཐར་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་  
པ་བསྟན་ནས་དགག་དགོས་ཤིང་། བདག་སྤང་གཅིག་ཅ་དད་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་པ་  
འབབ་ཐུགས་ནི། བདག་སྤང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཅ་དད་གང་དུ་ཁས་ལེན་ཀྱང་། ཚུལ་  
དེ་མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཉིས་ལ་མཚུངས་པར་བསྐྱེ་བྱས་ཤིང་། མེ་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་  
ཅ་དད་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་པ་བསྟན་བྱས་སོ། དེའི་ཚུལ་ཡང་། མེ་ཤིང་གཉིས་གཅིག་  
ཡིན་ན་དབང་པོ་གཅིག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ལས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་དབང་པོ་སོ་སོའི་སྤྱོད་  
ཡུལ་ཡིན་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་འགྲུབ་པའི་བྱིར་ཏེ། མེ་ལུས་ཤེས་ཀྱི་རིག་བྱ་དང་བྱད་ཤིང་  
མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པར་རང་སྤོང་གིས་བྱུང་པའི་བྱིར་རོ། གཞན་ཡང་སྟན་པས་སྟན་  
པ་བསྐྱེབས་ན་སྟན་ཁུང་དུ་གཟུགས་མི་མཐོང་བ་ལྟར་སྟན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་མཐོང་བར་འགྱུར་ལ།  
དེ་ལ་ནི་སྟན་པ་མཐོང་བའི་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་པ་འབབ་སོ། དེ་ལྟར་སྟན་པ་མངོན་སུམ་  
གྱིས་དམིགས་པ་ནི། སྟོན་པར་མི་བྱས་ལ། དེའི་བྱིར་སྟན་པས་སྟན་པ་མ་བསྐྱེབས་པར་གསལ་

མོ། ལྷན་པས་ལྷན་པ་མ་བསྐྱིབས་ན་མེས་མེ་མི་བསྐྱེད་ཅིང་། དེ་ལྷན་ན་མེ་ཤིང་གཅིག་མ་ཡིན་  
པར་ཁས་སྦྱངས་པ་ལས་འོས་མེད་དེ་གཞན་དུ་ན་མེས་ཤིང་སྐྱེག་པ་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱང་  
བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། སྤྱོད་པས་ཆོག་གོ། མེས་མེ་བསྐྱེད་ན་ནི་ཤེས་པས་རང་རིག་པ་  
སོགས་གཞོད་བྱེད་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་ངོ་། དེ་ལྷན་བྱས་ན་མེ་ཤིང་གཅིག་ཡིན་པ་ནི་མི་རུང་  
ལ། མེ་དང་བྱུང་ཤིང་གཅིག་མ་ཡིན་ན་ནི་བདག་ཕྱང་གཉིས་ཀྱང་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། མཚུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། བདག་ཕྱང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་ལ་རིགས་པས་གཞོད་སྦྱབ་བྱེད་པའི་ཐ་མར་  
མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་སྦྱབ་བྱེད་ལུགས་ནི་དེ་ལྷན་ལ། དེར་མ་ཟད་བདག་ཕྱང་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཐ་དད་པའི་ཕྱོགས་ལ་འང་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་སྦྱབ་བྱ་བར་འོས་ཏེ། འདི་ལྷན་བདག་  
ཕྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཡིན་ན་ཕྱང་པོ་ལས་ལོགས་སུ་བདག་དམིགས་དགོས་ལ། དེ་ལྷན་  
ན་བྱུང་ཤིང་ལས་ལོགས་སུ་མེ་དམིགས་དགོས་པས་དེ་ནི་མངོན་སུམ་གྱིས་བསལ་ལོ། འདིས་  
མཆོན་ནས་དགག་སྦྱབ་གང་ལ་འང་མཐར་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་པ་བསྟན་ལུགས་ཤེས་  
དགོས་ཏེ། དེ་ལྷན་མ་ཡིན་ན་ཚུལ་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་མངོན་སུམ་ལ་ཐུག་པར་གསུངས་པ་ཆོག་ཅམ་  
དུ་འགྱུར་རོ། ཚུལ་དེ་འདྲ་ཀྱན་ནས་འཐད་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ནི། བདེན་པའི་གཅིག་ལ་  
ལྷང་རིགས་གྱིས་གཞོད་པར་མ་ཟད་མངོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་གཞོད་པར་གཟིགས་ནས་སོ།

གནད་བཞི་པ་བདེན་པའི་དུ་བྲལ་དུ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། ཅ་ཤེས་ལས། བདག་  
ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས། གཞན་དུ་འཐད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་གཞན་ན་ལེན་མེད་པར། བཟུང་  
ཡོད་རིགས་ན་བཟུང་དུ་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ཕྱང་པོ་ལྷན་དང་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཐ་དད་ཡིན་ན་ངོ་པོ་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བས་དེ་ལྷན་ན་ཕྱང་པོ་ལྷན་དང་ལུས་སེམས་གཉིས་སོགས་  
གདགས་གཞི་ཕྱང་པོའི་ཆ་ནམས་སོ་སོ་དུ་བསལ་བའི་རྗེས་སུ་བདག་ནི་འདིའི་ཞེས་ཡན་གར་  
དུ་ངོས་བཟུང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དགོས་ཀྱང་བཟུང་དུ་མེད་དེ། འདུག་པ་ལས། དེ་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་ལས་

གཞན་བདག་མེད་དེ། སྤང་པོ་མ་གཏོགས་དེ་འཛིན་མ་གྲུབ་ཕྱིར། ཞེས་སོ། དཔེར་ན་རྟ་དང་  
 སྤང་པོ་ཐོང་བུ་ར་ལུག་བཅས་གནས་གཅིག་ཏུ་ལྷན་ཅིག་ཆོགས་པ་ཡོད་མོད། དེ་ལྟར་ན་འང་  
 དེ་དག་ནང་མན་ཚུན་ངོ་ཐོ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་གཞན་གྱིས་འདི་ནི་རྟ་འོ་འདི་ནི་ཐོང་བུ་འོ་ཞེས་པའི་  
 ཚུལ་དུ་དེ་དང་དེར་སོ་སོ་རུ་བསལ་བའི་རྗེས་སུ་ད་དུང་ལུག་ནི་འདི་འོ་ཞེས་དངོས་སུ་ཡང་སྟོན་  
 རྒྱུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་བདག་སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་དུ་ཡོད་ན་སྤང་པོའི་གསེབ་དུ་བཅའ་བའི་  
 ཆེ་ཆེད་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་དགོས་སོ། དོན་གཞན་ཡང་བདག་སྤང་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ན་  
 ལུས་སེམས་སོགས་སྤང་པོ་ལ་ནད་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་སོགས་ཅི་བྱུང་ཡང་བདག་ལ་མི་གཞོད་  
 དེ། བདག་དང་ལུས་སེམས་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རང་བཞིན་ཐ་  
 དད་ལ་རྗེས་ཐ་དད་གྱིས་བྱབ་པ་རིགས་པས་འཕུལ་བྱས་པས་བྱབ་པ་མ་དེས་པའི་སྦྱོན་མེད་  
 རོ། གཞན་ཡང་ཅ་ཤེས་ལས། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་ནམས་ལས་གཞན། སྤང་པོའི་མཆན་ཉིད་མེད་  
 པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་སྤང་པོ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཡིན་ན་སྤང་  
 པོའི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་བདག་ལ་མི་ལྡན་པར་འགྱུར་ཏེ། བ་ལང་གི་མཆན་ཉིད་རྟ་ལ་མི་ལྡན་  
 པ་བཞིན་ནོ། སྤང་པོ་དར་བ་དང་རྒྱད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་བདག་དར་བ་དང་རྒྱད་པ་སོགས་  
 སུ་འཛིག་པའི་ཕྱིར་སྤང་པོའི་མཆན་ཉིད་བདག་ལ་མི་ལྡན་པའང་མིན་ནོ། མཆན་ཉིད་ནི་སྤང་  
 པོ་འདུས་བྱས་སུ་མཆོན་པའི་མཆན་ཉིད་སྐྱེ་གནས་འཛིག་པ་ལ་འགྲེལ་བས་བཤད་དོ། བདག་  
 སྤང་བདེན་པའི་གཞན་དུ་གྲུབ་པ་ལ་མཐར་མཛོན་སུམ་དང་འགལ་བ་སྟོན་ཚུལ་གཉིས་ཞིག་  
 གྲུང་གསུངས་ཏེ་འདི་ལྟར་བདག་དང་སྤང་པོ་གཉིས་བདེན་པའི་གཞན་ཡིན་ན་མེ་དང་བྱད་  
 ཞིང་གཉིས་གྲུང་དེར་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་མེ་བྱད་ཞིང་དང་མི་སྤྲད་པར་འགྱུར་ཞིང་། བྱད་ཞིང་  
 དང་མི་སྤྲད་ན་བྱད་ཞིང་མི་སྤྲེག་ལ། དེ་མི་སྤྲེག་ན་བྱད་ཞིང་ཟད་པའི་སྐབས་མེད་ཅིང་། བྱད་  
 ཞིང་མ་ཟད་ན་མེ་ནམ་ཡང་མི་འཆི་ཞིང་། མེ་འཆི་བའི་སྐབས་མེད་ན་དུས་རྒྱུན་དུ་རང་རྟགས་

དམར་འབར་བ་དང་ལྗན་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་དམིགས་རིགས་པ་ལས་མ་དམིགས་པའི་བྱིར་  
ཞེས་སྟོན་པ་ནི། ཅ་ཤེས་ལས། གཞན་བྱིར་མི་ཕྱད་ཕྱད་མེད་ན།། སྲེག་པར་མི་འགྱུར་མི་སྲེག་  
ན།། འཆི་བར་མི་འགྱུར་མི་འཆི་ན།། རང་རྟགས་དང་ཡང་ལྗན་པར་གནས།། ཞེས་སོ།།

གཉིས་པ་དབྱད་མཐར་ལྟ་བ་རྟེན་པའི་ཆད་ནི།། དགག་བྱ་གསལ་འདེབས་ལུགས་སྤར་  
ལྟར་བྱས་ལ་ལེགས་པར་འཆར་དུ་བཅུག། དེ་ནས་རི་ལྟར་འཆར་བའི་བདག་དེ་ཡོད་ན་སྤང་སོ་  
དང་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་བྱུབ་དགོས་པར་ཐག་བཅད། དེ་ནས་གཅིག་ཐ་དད་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་  
རིགས་པའི་གཞོན་པ་འབབ་ལུགས་རྣམས་བསམས་ཏེ་དེ་གཉིས་གང་དུ་ཡང་མ་བྱུབ་ཚུལ་ངེས་  
པ་བྱངས། ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་གནད་བཞིའི་དབྱད་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རི་  
ཅམ་ན་རར་འཛིན་ལྟར་སྒྲིམ་གྱིས་བཟུང་བ་ལྟར་གྱི་ང་དེ་ནི་གཏན་ནས་མེད་དམ་སྟུམ་པའི་མེད་  
དགག་གི་རྣམ་ཅན་གྱི་ངེས་ཤེས་ལྟར་ངར་སྒྲིམ་པ་ཞིག་འོངས་ལ་དུས་དེའི་ཆེ་ན་དབུ་མའི་ལྟ་བ་  
རྟེན་པའི་ཆད་ཅེས་རྗེ་འགན་གྱི་དོ་མེད་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་དེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ན་འཕྱགས་པ་  
མེད་པས་སེམས་བྱིང་གོད་ཀྱི་སྟོན་གྱིས་མ་བསྐྱད་པར་བྱས་ནས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱོངས་ཤིག་སྟེང་  
གི་བྱ། ཞེས་སོ།།

བོད་སྤྲ་མ་ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་སྒྲུབ་པ་རང་དབང་བའི་རྣམ་པར་བྱས་ནས་སྐྱོངས། ཡང་ལ་  
ལས་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་དགག་གི་རྣམ་པར་བྱས་ནས་སྐྱོང་བ་སོགས་སྟོང་ཚུལ་ལ་ལོག་པར་རྟོག་  
པ་མང་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་བཅད་བཞེད་ནས་མེད་དགག་གི་ངེས་ཤེས་ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྗེ་རིན་  
པོ་ཆེའི་བཞེད་སྟོལ་བྱན་མོང་མིན་པའོ།།

གསུམ་པ་རྟེན་དོན་རི་ལྟར་བསྐྱངས་པའི་ཚུལ་ནི། མཉམ་བཞག་ཏུ་སྤང་ངོར་དགག་  
བྱ་བདེན་བྱུབ་བཀག་པའི་སྟོང་སང་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ལ། ངེས་ངོར་ནི་རང་བཞིན་  
མེད་པ་ངེས་དགོས་པས་སྒྲོ་གཅིག་ཉིད་ཁྱད་པར་གཉིས་ལྗན་དུ་བྱས་ཏེ་སྐྱོངས་ཤིག་ཅེས་པ་

སྟེ། གནད་དུ་ཆེདོ། འདི་ལྟར་འགའ་ཞིག་ཅི་མེད་ཅང་མེད་ཀྱི་སྤང་བ་ཤར་བ་ཙམ་ལ་དོན་དམ་  
ཀྱི་ནམ་པར་ཤར་བར་འདོད་དེ། དེ་འགོག་པའི་ཆེད་དུ་དགག་བྱ་བཀག་པའི་སྤང་སང་ཞེས་  
གསུངས། རྫོང་པ་སོགས་ཁ་ཅིག་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་ངོར་སྤྱབ་པ་རང་དབང་ཅན་  
ཀྱི་སྤང་བ་ཡོད་པར་འདོད་པ་བསལ་བའི་ཆེད་དུ་སྤང་ངོར་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྤང་སང་ཞེས་  
པའི་བྲད་པར་སྤྱོད་བར་མཛད། གཞན་དག་ཡུལ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ལ་སྤོས་ཀྱང་ཅིར་ཡང་མི་  
བརྩུང་བ་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པར་འདུག་སྟམ་ནས་རིགས་ཤེས་ཡུལ་མེད་དུ་སྤྱོད་བྱུང་སྟེ།  
ལོག་རྟོག་དེ་བཅད་བཞེད་ནས་རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་པ་ཞེས་གསུངས་སོ།།

བཞི་པ་དབྱད་པ་གཞན་ལ་སྤོ་བ་ལ་ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་སྤོ་བ་དང་། གཏན་ཆེགས་  
གཞན་ལ་སྤོ་བ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་པ་ལས། འདས་པའི་དེ་བཞིན་  
ཉིད་གང་མ་འོངས་དེ་བཞིན་ཉིད། ད་ལྟར་དེ་བཞིན་ཉིད་གང་དག་བཅོམ་དེ་བཞིན་ཉིད། ཆོས་  
ཀྱན་དེ་བཞིན་ཉིད་གང་རྒྱལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད། ཆོས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་འདི་ཐམས་ཅད་བྱེ་  
ཐག་ཡིན། ཅེས་དང་། བཞི་བརྒྱུ་པ་ལས། གཅིག་གི་སྤྱང་ཉིད་གང་ཡིན་པ། དེ་ནི་ཀྱན་ཀྱི་  
སྤྱང་པ་ཉིད། ཅེས་ཆོས་ཅན་ཀྱི་དངོས་པོ་གཅིག་གི་སྤྱང་ཉིད་གང་ཡིན་དེ་ཆོས་ཅན་ཀྱི་དངོས་  
པོ་ཀྱན་ཀྱི་སྤྱང་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན་གང་ཐག་གི་སྤྱང་  
དུ་གནད་བཞིས་དབྱད་ཚུལ་དེ་དཔེར་མཛད་ནས་ཆོས་ཀྱན་ལ་དབྱད་ཚུལ་ཤེས་པར་མཛོད་  
ཅེས་པ་སྟེ། ཤེས་པར་བྱེད་ཚུལ་ནི། བདག་སྤྱང་གཅིག་ཐ་དད་ལ་བརྟགས་ནས་འགོག་པའི་  
རིགས་པ་གང་ཡིན་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་སོགས་ཆོས་གཞན་ལ་འང་སྤྱོད་བའོ། རི་  
སྐད་དུ། བདག་ཅི་འབྲ་བ་དེ་འབྲར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤེས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅི་  
འབྲ་དེ་འབྲར་ཆོས་ཀྱན་ཤེས། སྤྱི་བ་མེད་དང་སྤྱི་བ་གཉིས་ཀར་མི་རྟོག་པ། འདི་ནི་ཤེས་རབ་  
པ་རོལ་ཕྱིན་མཆོག་སྤྱོད་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། རི་ལྟར་བྲིད་ཀྱིས་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནི། ཤེས་

པ་དེ་བཞིན་ཀྱན་ལ་ལྗོས་སྤྲུང་བྱ། ཞེས་སྟོན་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་དེའི་  
རྩེས་སུ་སྤྲུལ་མའི་དབུས་ཆོས་གཞན་དག་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པར་བྱ་བར་གསུངས་སོ། ལུགས་  
འདིར་བདག་མེད་གཉིས་ལ་སྤྲ་རགས་ཀྱི་བྱང་པར་མེད་མོད། འོན་ཏེ་རྟོགས་དཀའ་སྤྱིའི་བྱང་  
པར་ཡོད་པས་དེ་ལ་དགོངས་ནས་རྟོགས་རིམ་དེ་ལྟར་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་རིམ་རྒྱུད་བ་  
ལས། རིམ་པ་དེ་ལྟར་དུ་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གཞི་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ངེས་  
རྒྱུའི་བདག་མེད་ལ་སྤྲ་རགས་མེད་ཀྱང་བྱང་གཞིའི་གནད་ཀྱིས་གང་ཟག་གི་སྟེང་དུ་ངེས་སྤྱི་ལ།  
ཆོས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ངེས་དཀའ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་སོགས་དབེ་དང་བཅས་ཏེ་གསལ་བར་གསུངས་  
སོ། ། བྱང་གཞིའི་གནད་ཀྱིས་ངེས་དཀའ་སྤྱི་འོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེས་ན། འདི་ལ་  
མཁས་པ་ཁ་ཅིག་མོ་བཤམ་གྱི་བྱ་མེད་པར་ངེས་ན་དེའི་མིག་ན་སོགས་མེད་པར་རང་ལྟགས་  
ཀྱིས་ངེས་བྱས་པ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་རང་ངོས་ནས་མེད་པར་ངེས་ན་དེའི་ཆོས་མིག་ན་སོགས་  
རང་བཞིན་ཀྱིས་མེད་པར་ལྟགས་ཀྱིས་ངེས་བྱས་པས་བྱང་གཞི་ཆོས་ལས་གང་ཟག་གི་སྟེང་དུ་  
ངེས་སྤྱིའོ་ཞེས་ཟེར། འོ་ན་སྤང་པོ་བདེན་མེད་དུ་ངེས་ན་དེ་ལ་བཏགས་པའི་གང་ཟག་བདེན་མེད་  
དུའང་ངེས་སྤྱིའོ་ཞེས་ལྗོག་ན་ལན་མེད་དུ་འགྱུར་བས་འཐད་སྟམ་པ་མེད་དོ། ། ཡང་ཁ་ཅིག་གང་  
ཟག་ནི་བཏགས་ཡོད་ཡིན་པས་བདེན་མེད་དུ་ངེས་སྤྱི་ལ། སྤང་པོ་ནི་རྩེས་སུ་བྱུང་བས་བདེན་  
མེད་དུ་ངེས་དཀའ་བའི་ཕྱིར་བྱང་གཞིའི་གནད་ཀྱིས་ངེས་དཀའ་སྤྱི་འོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་  
ཡིན་ཟེར། དེ་མི་འཐད་དེ། ལུགས་འདིར་རྩེས་བྱུང་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དོ།

དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི། དགག་བྱ་ངོས་ཟེན་དཀའ་སྤྱིའི་དབང་གིས་ཏེ། འདི་ལྟར་  
རངོ་སྟམ་པའི་ཞེན་པ་ལྟགས་ཆེ་ཞིང་རྒྱན་ཆགས་པས་ན་འཛིན་པ་དེའི་སྤང་ཚུལ་དང་ཞེན་  
ཚུལ་འདི་ལྟར་འདུག་སྟམ་དུ་བདེ་ལྷག་དུ་ངེས་བྱས་ཤིང་། དེ་ལ་རྟོགས་ན་མིག་ན་སོགས་ཆོས་  
ཀྱི་བདག་འཛིན་ལྟགས་ཞན་ཅིང་རྒྱན་ཡང་མི་བརྟན་པས་དེ་དག་གི་སྤང་ཞེན་ངོས་ཟེན་པར་



དཀའ་ལོ། ། མདོར་ན་བདག་མེད་གཉིས་ལ་སྤྲ་རགས་མེད་ཀྱང་མེད་རྒྱུའི་བདག་གཉིས་ལ་ངོས་  
 ཟེན་དཀའ་སྤེའི་བྱང་པར་ཡོད་པས་བདག་མེད་གཉིས་ལ་རྟོགས་དཀའ་སྤྲ་ཡོད་ཅེས་བྱས་ན་  
 འགྲིག་གམ་སྟུམ་སྟེ་དབྱུང་པར་བྱའོ། ། གལ་ཏེ་བདག་མེད་གཉིས་ལ་སྤྲ་རགས་མེད་ན་རང་  
 སྤེ་དངོས་སྤྲ་བས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་ཐལ་ཏེ། དེས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་གཉིས་ལ་སྤྲ་རགས་བྱང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མ་བྱུང་སྟེ། སྤེ་བ་  
 དེ་དག་གིས་གང་ཟག་རྣམས་སྤེ་མེད་པར་ཁས་ལེན་ཀྱང་། བཏགས་ཡོད་ཀྱི་གདགས་གཞིར་རྣམས་  
 ཡོད་མེད་ན་བཏགས་ཡོད་འཐད་ལྡན་དུ་འཛོག་མི་ལེས་པའི་དབང་གིས་གང་ཟག་གི་གདགས་  
 གཞིར་རྒྱར་པའི་ཕྱང་ཁམས་སོགས་རྣམས་ཡོད་དུ་ཁས་སྒྲང་དགོས་བྱུང་ངོ་། ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་  
 གིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རགས་པ་ཁས་ལེན་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྲ་རགས་གང་ཡང་  
 ཁས་མི་ལེན་ནོ། ། གལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོམ་བཞི་ཁས་མི་ལེན་ན་སངས་རྒྱས་པའི་བྱུང་  
 མཐའ་སྤྲ་བར་མི་རུང་ལ། ལེན་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་པས་གང་  
 ཟག་གི་གདགས་གཞིའི་ཆོས་རྣམས་རྣམས་ཡོད་ཀྱི་བདག་དུ་ཁས་སྒྲངས་པར་ངེ་ལྟར་རིགས་  
 སྟུམ་ན། ཚུད་པ་འདི་སེལ་མི་མཐུན་པའི་དབང་གིས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་འདྲ་སྤྲ་  
 ངལ་ཅི་རིགས་བྱུང་སྤྲང་ངོ་། ། འདི་ལ་ལྟར་སྤྲ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་དགོངས་པས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་བདག་མེད་ཅེས་པའི་བདག་ལ་ཆ་གཉིས་སྤྲ་བྱེ་སྟེ་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་བདག་ནི་གང་ཟག་  
 གི་སྟེང་དུ་མེད་པར་རྟོགས་ན་དེས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་གོ་ཚད་ལ། ས་རྩོལ་བྱག་སོགས་ཀྱི་  
 སྟེང་དུ་བདག་དེ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་གོ་མི་ཚད་དེ། གཞན་དུ་  
 ན་གཞན་རྩི་ཡན་ཆད་གྱིས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སྟོན་ཡོད་དོ། ། དེས་ན་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་སྟེང་  
 དུ་མེད་པར་རྟོགས་རྒྱུའི་བདག་ནི་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་བདག་སྟེ། དེའང་གང་ཟག་གི་ལོངས་སྤྱོད་  
 བྱར་རྣམས་སྤྲ་མ་བྱུང་པར་རྟོགས་ན་གདོད་དེ་བདག་མེད་དུ་རྟོགས་པར་འཛོག་གི་རང་རྒྱ་བའི་

རྩོམ་སྤྱི་མཐུན་པར་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དངོས་སྤྱི་བས་བྱམ་སོགས་  
རང་རྒྱ་བའི་རྩོམ་སྤྱི་མཐུན་པར་རྟོགས་པས་དེ་དག་ངོ་ཤེས་སྤྱི་ནས་བདག་དུ་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་  
པར་ཐལ་ལོ། དེ་འདོད་ན་དངོས་སྤྱི་བས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མཐོང་རྟོགས་ཤིང་ཁས་སྦྱངས་པར་ཐལ་  
ལོ་གསུང་སྐད། དེ་ལ་སོགས་པ་བཞེད་ཚུལ་མི་འབྲས་པར་མང་དུ་སྤྱང་མོད། འོན་ཏེ་གསུང་རབ་ཀྱི་  
དགོངས་པ་དངོས་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ལུས་ཅན་འཁོར་བར་འཆིང་བའི་རྩ་བ་ནི་བདག་འཛིན་ཉིད་  
ཡིན་པས་དེ་ལྟོག་པའི་དོན་དུ་བདག་མཐོང་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེའང་གང་ལ་བདག་དུ་ཞེན་པའི་  
གཞི་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་མཐོང་པར་བསྟན་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་འབྲེལ་རྒྱ་དང་ཐུབ་སྒྲོལ་ལྟར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ཡང་ཞེན་པའི་གཞི་ནི་གཟུགས་ཆོར་སོགས་ནང་ཤེས་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྟུས་  
པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་ཡིན་གྱིས་རྩོ་རི་བྲག་སོགས་ཕྱིའི་ཆོས་རྣམས་མིན་པས། ཆོས་ཐམས་ཅད་  
བདག་མཐོང་ཅེས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཀྱང་གང་ཟག་གི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་ཕྱང་པོའི་ཆོས་  
ཙམ་ལ་གོ་དགོས་སོ། དེའི་ཕྱིར་ཕྱང་གི་དོན་ཡང་སྐབས་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱང་པོའི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་བདག་མཐོང་ཅེས་པའི་དོན་དུ་བྱང་དགོས་སོ། དེ་ལྟར་ནའང་རང་སྤྱི་དངོས་སྤྱི་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་གང་ཡང་བཏགས་ཡོད་ཀྱི་གདགས་གཞིར་རྩོམ་ཡོད་མེད་ན་བཏགས་ཡོད་འཐད་ལྟར་དུ་  
འཛིན་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཕྱང་པོ་རྩོམ་ཡོད་དུ་ཁས་སྦྱང་དགོས་བྱུང་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཅེས་པའང་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་བསྟུར་ནས་རི་ལྟར་བདག་དུ་མཐོན་པར་  
ཞེན་པ་དེ་ལྟར་ཕྱང་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་གང་ལའང་མཐོང་ཅེས་པའི་ཚུལ་དུ་བཀའ་བ་ལས་  
མི་ཤེས་སོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཕྱང་པོ་རང་ཉིད་རྩོམ་སྤྱི་གྲུབ་པ་དང་དེ་ལ་བཏགས་པའི་གང་ཟག་  
རྩོམ་སྤྱི་མཐུན་པ་གཉིས་རང་སྤྱི་དངོས་སྤྱི་བའི་ལུགས་ལ་མི་འགལ་བས། གང་ཟག་གི་བདག་  
མཐོང་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཡོད་པ་གཉིས་དེ་དག་གི་ལུགས་ལ་མི་འགལ་ལོ། ཆོས་ཀྱི་བདག་  
མཐོང་ཅེས་པའི་ཆོས་ནི་གཙོ་བོར་གང་ཟག་གི་བདག་དུ་མཐོན་པར་ཞེན་པའི་གཞི་དེ་ཉིད་ལ་བྱེད་

དགོས་པ་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པས་གང་ཟག་གི་གདགས་གཞིར་མ་འབྲེལ་བའི་བྱི་  
 རོལ་གྱི་ཆོས་འགའ་ཞིག་རང་སྐྱུ་ཐུབ་པའི་ཐུགས་སྒྲུབ་པར་རང་སྤྱི་དངོས་སྐྱུ་བས་རྟོགས་  
 གྱུར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མིན་ཏེ། གང་ཟག་གི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་ཕྱང་པོ་  
 རང་རྒྱ་བའི་ཐུགས་སྒྲུབ་མེད་པར་མ་རྟོགས་པའི་བྱིར་རོ། གང་ཟག་གི་བདག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
 གཉིས་སྐྱུ་བྱེ་བའི་ཆོས་ཕྱང་ལ་བྱ་དགོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་མེད་གཉིས་སྐྱུ་བྱེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་གྱུར་ཕྱང་པོ་ཐུགས་སྒྲུབ་མེད་པ་ལ་བྱ་དགོས་པར་གྱུབ་པོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་མ་རྟོགས་ནི་གང་ཟག་གི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་ཕྱང་པོ་ཐུགས་སྒྲུབ་མེད་པར་  
 རྟོགས་མ་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཞག་དགོས་པས་དངོས་སྐྱུ་བས་བྱམ་པ་རང་རྒྱ་བའི་ཐུགས་སྒྲུབ་མེད་  
 པར་རྟོགས་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེས་འཕངས་པ་ནི་དོན་མ་རྟོགས་པའི་  
 བབ་ཅོལ་ལོ། འོ་ན་ཆོས་བདག་ཡོད་མེད་དཔྱད་པའི་ཆོས་ཕྱང་པོ་ལ་བྱ་བར་གང་ལས་ཤེས་ཤེ་  
 བ། བདག་མེད་བསྟན་པའི་རིམ་པ་ལས་ཤེས་ཏེ། དེའང་སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས། དེ་ཉིད་ཆོས་  
 ལ་ཐོག་མར་ནི། ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ། དོན་རྣམས་རྟོགས་ཤིང་ཆགས་མེད་  
 ལ། བྱིས་ནི་རྣམ་པར་དབེན་པའོ། ཞེས་དང་། ཚུལ་ཤེས་ལས། བདག་གོ་ཞེས་གྱུར་བསྟན་གྱུར་  
 ཅིང་། བདག་མེད་ཅེས་གྱུར་བསྟན་པར་གྱུར། སངས་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་དང་ནི། བདག་  
 མེད་འགའ་མེད་ཅེས་གྱུར་བསྟན། ཞེས་དང་། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་  
 པོར་སྒྲིག་། བར་དུ་བདག་ནི་སྒྲིག་པར་བྱེད། ཐ་མར་ལྟ་ཞིག་ཀྱན་སྒྲིག་པ། གང་གིས་ཤེས་  
 ཏེ་མཁས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་བཀྱི་བའི་ཆེ་  
 ཐོག་མར་གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པ་གཞིར་བྱས་ནས་བསོད་ནམས་མིན་པའི་ལས་ལས་སྒྲིག་  
 སྟེ་བདེ་འཁོ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་སྟོར། དེ་ནས་དེས་རྒྱུད་ཅུང་ཟད་སྒྲིན་ཏེ་བདག་མེད་རགས་  
 པ་ཅམ་བསྟན་པའི་སྟོན་དུ་རུང་བ་ན་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱང་པོའི་ཆོས་སྐྱུ་འདོགས་པར་ཟད་

གི་རང་སྐྱེ་བར་མེད་ཅེས་པའི་ཚུལ་དུ་བསྟན། དེ་ནས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་ཏེ་བདག་མེད་པ་མོ་  
བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ན་གང་ཟག་ཏུ་མ་ཟད་ཕྱང་པོ་ཡང་རྫས་སུ་མེད་ཅེས་པའི་ཚུལ་  
གིས་གོལ་ལམ་དངོས་སུ་བསྟན་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བདག་ཡོད་མེད་དབྱེད་པའི་གཞིར་བྱས་པ་  
ལ་སོགས་པ་འོང་དོན་མེད་པས་ཕྱང་པོ་ཁོ་ན་ལ་བྱེད་དགོས་པར་གསལ་ལོ། ལམ་རིམ་ལས་  
ཡུང་། གང་ཟག་ཏུ་གདགས་པའི་གཞི་ཕྱང་པོ་ལྟ་དང་། སའི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་ཁམས་བྱག་  
དང་། མིག་སོགས་སྐྱེ་མཆེད་བྱག་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་གང་ཟག་ཏུ་གདགས་པའི་གཞི་ཞེས་པ་ནི་  
ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལའང་སྐྱར་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཅེས་པའི་ཆོས་ནི་གང་ཟག་  
གི་གདགས་གཞིའི་ཆོས་ལ་བྱེད་དགོས་པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པའང་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་  
བྱས་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཁས་ལེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བར་རྒྱུད་དང་མི་རྒྱུད་ནི་མཐར་ཕྱུང་པོ་  
རང་རྒྱུ་བའི་རྫས་སུ་མེད་པར་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་ལེན་པ་ལ་ཐུག་པས་བྱམ་པ་རང་རྒྱུ་བའི་རྫས་  
སུ་མེད་པར་ཁས་ལེན་པ་ཙམ་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཁས་ལེན་པར་བཞག་མི་ལུས་སོ།

གཉིས་པ་གཏན་ཆོག་གསལ་གཞན་ལ་སྟོ་བ་ནི། དེ་ལྟར་གནད་བཞིའི་དབྱེད་ཚུལ་ལེགས་  
པར་ངེས་པའི་ཆེ་དེ་ཙམ་གྱིས་མ་ཆོས་པར་ད་དུང་དོ་རྗེ་གཟེགས་མ་དང་ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་  
སོགས་དབུ་མའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་རིགས་ཚུལ་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་དང་བྱེད་པར་  
དཔལ་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་ཆོས་དབྱིངས་ཀྱི་རང་ཞལ་གང་ཡིན་རྗེ་ལྟ་  
བ་བཞིན་དུ་མངལ་ཞིག་བྱ། ཞེས་སོ།

འདིར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཐའ་ཅུང་ཟད་དབྱེད་ན་ལྟ་ལས། དང་པོ་རིགས་པའི་རྒྱལ་  
པོར་བསྐྱགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། འགའ་ཞིག་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བའི་ཆ་ནས་ཡིན་  
གསུངས་ཡུང་ལམ་རིམ་རྒྱུད་བ་ལས། གཏན་ཆོག་གི་ངེས་པས་ནི་ཆད་ལྟ་དང་དམ་བཅས་

པའི་ངེས་པ་ས་ནི་རྟག་ལྟ་ཅ་བ་ནས་སྤྱན་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་འབྲུང་བ་དང་བསྐྱུན་ན་  
 མཐའ་གཉིས་རིམ་ཅན་དུ་སེལ་བར་ཁས་སྦྱང་དགོས་ཏེ། སེལ་བྱེད་ཀྱི་ངེས་པ་གཉིས་པོ་རིམ་  
 ཅན་དུ་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་འཐད་པའི་ཕྱོགས་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་  
 རྣམ་གཅོད་པོ་འཕམ་མཆོག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བསྐྱུགས་ལ། མཆོག་ཡིན་  
 པའི་རྒྱུ་མཆན་ཡང་། རིགས་པ་འདིས་ལྟ་བུ་ཀྱི་བྱ་བ་མཐའ་དག་བདེ་ལྷག་དུ་བཅད་པར་རྒྱས་  
 ཀྱི་གཞན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་མཐུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འབྲུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་  
 རབ་འབྲུང་བས། རྟག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་མི་རྒྱས་པ། དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྲུང་རིགས་པ་འདི་  
 ཡིས་ནི། ལྟ་བུ་བྱ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། ཅེས་སྒྲུབ་ཕྱོགས་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
 རིགས་པས་ལྟ་བུ་མཐའ་དག་སེལ་བར་བསྐྱུན་ཅིང་། ནི་ཞེས་པའི་དགར་ཆོག་གི་རྒྱས་པས་  
 དགག་ཕྱོགས་ནས་རིགས་པ་གཞན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་མཐུ་མེད་པར་བསྐྱུན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འོ་ན་  
 གཅིག་དུ་བྲལ་གྱིས་མཐའ་གཉིས་སེལ་བར་བཤད་པ་དང་མི་འགལ་ལམ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ།  
 གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པས་ཀྱན་རྫོབ་ལ་ལྟོས་པའི་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་སེལ་ཡང་དོན་  
 དམ་ལ་ལྟོས་པའི་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་མི་སེལ་ཞིང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པས་ནི་ཡོད་  
 མེད་ཀྱི་མཐའ་ཡང་སེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་རྟག་ཆད་དང་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་དོན་མི་གཅིག་  
 པའི་ཚུལ་སྤྱར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པས་ལམ་རིམ་རྒྱུང་བའི་ལུང་སྤྱར་བྱངས་པ་ལས་ཡོད་མཐའ་  
 དང་མེད་མཐའ་ཞེས་འོང་རྒྱུའི་ཆོད་ལ་རྟག་ལྟ་ཆད་ལྟ་ཞེས་གསུངས་པའང་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་  
 ལ་དེའི་མིང་གིས་བཏགས་ནས་བསྐྱུན་པ་ཅམ་མོ། ། གལ་ཏེ་ཚུལ་གསུམ་གྱི་ངེས་པས་ཡོད་མེད་  
 ཀྱི་མཐའ་སེལ་བ་ནི་དོན་དམ་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ཀྱན་ལ་སྤྱན་མོང་དུ་ཡོད་པས་མཐའ་དེ་གཉིས་  
 སེལ་བ་ཅམ་གྱིས་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོར་རུང་ན་རིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 མི་འགྱུར་ཏེ། རིགས་པ་གཞན་གྱིས་སྦོང་ཕྱོགས་ལ་ངེས་པ་བྱངས་པས་ཡོད་པའི་མཐའ་སེལ་

བར་བདེན་ཡང་། ལྷང་ཕྱོགས་ལ་ངེས་པ་མི་འདྲེན་པས་མེད་པའི་མཐའ་མི་སེལ་ལ། རིགས་  
པ་འདིས་ནི་ལྷང་སྟོང་གཉིས་ཀ་ལ་ངེས་པ་ཆ་མཉམ་དུ་སྟེར་བས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ཀ་  
བདེ་ལྷག་ཏུ་སེལ་བའི་ཕྱིར་དམན་མཆོག་གི་བྱད་པར་ཡོད་དོ། ། འདི་ལ་དགོངས་ནས་མ་རྩོས་  
པས་ཁུས་པ་ལས། མཁས་པས་རྟེན་འབྲུང་ཆོས་རྣམས་རྟོགས་གྱུར་ཏེ། མཐར་ལྷ་བ་ལ་བརྟེན་  
པར་ཡོང་མི་བྱེད། ཅེས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། བརྟེན་ནས་འབྲུང་བའི་རྒྱ་མཆོན་  
གྱིས། མཐར་ལྷ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས། ལེགས་གསུང་འདི་ནི་མགོན་ཁྲིད་ཀྱི། སྤྱོད་བྱ་བ་  
མེད་པའི་རྒྱ། ཞེས་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བར་གསུངས་  
ཤིང་། དེ་ལྟར་བྲལ་བ་ཡང་། ཅེ་ཤེའི་ཉི་ཀ་ཆེན་ལས། གཅིག་གི་ཡོད་པ་ཅིག་ཤོས་ལ་ལྟོས་  
དགོས་པ་ཉིད་གྱིས་རང་གི་ངོ་བོས་བྱུབ་པ་མེད་ཅིང་། གཏན་མེད་པ་རི་བོང་གི་རྩ་ལྟ་བུ་ལ་ལྟོས་  
པ་འགལ་བས་ངོ་བོས་ཡོད་པ་དང་ཡེ་མེད་གཉིས་ཀའི་མཐའ་དང་བྲལ་བར་བྱུབ་བོ། ཞེས་  
དང་། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། དེ་ཕྱིར་ཁྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ། རྟེན་འབྲུང་མཐོང་བ་ལེགས་  
པར་བསྟན་པས། དེ་ཡང་ཀུན་ཏུ་མེད་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་མིན། ཞེས་  
སོ། ། གསལ་བར་བཤད་ན། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གཅིག་ཉིད་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་  
ཡོད་ཅེས་ཡིན་པ་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་མཆོན་དུ་འབྲེལ་ལ། གཅིག་དུ་བྲལ་སོགས་རང་བཞིན་མེད་  
པའི་རྒྱ་མཆོན་དུ་འབྲེལ་ཡང་ཅིག་ཤོས་སུ་མ་འབྲེལ་བས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་ཉིད་རིགས་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་མཐར་ཐུག་པ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། ། དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་མཆོན་  
གཅིག་ལྟ་བུ་མཐའ་གཉིས་སེལ་བྱས་པ་ལ་བསམས་ནས་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
གཏན་ཆོག་ལ་ནི་ཆད་མ་གཞན་མི་དགོས་པར་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་ངེས་པ་གཅིག་ལྟ་བུ་ཆོག་པར་  
བཞེད་ཀྱང་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། འདིས་ནི་བདེན་མེད་སྟུབ་  
པའི་གཏན་ཆོག་རྟེན་འབྲེལ་ལྟ་བུ་ལ་བདེན་མེད་གྱིས་བྱུབ་པ་མཐུན་དཔེའི་སྟེང་དུ་མ་ངེས་



པར་བདེན་མེད་ཆོས་ཅན་གྱི་སྤྲོད་དུ་ངེས་པར་བྱར་མེད་པར་གསུངས་སོ།། ཞེས་འབྲུང་བ་ལས་  
ན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆེགས་ལའང་བསྐྱབ་བྱ་ངེས་པའི་སྡོན་དུ་ཚུལ་གསུམ་ངེས་པའི་ཆད་མ་  
འགྲོ་དགོས་པར་མངོན་ནོ།། དེས་ན་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་གསུང་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་ནམ་  
གཞག་ལས། དེ་སྐྱབ་གྱི་ཕྱོགས་ཆོས་ངེས་པའི་སྒོ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རང་སྟོབས་  
ཀྱིས་ངེས་པ་འབྲེན་པར་འབྱུང་ངོ།། ཞེས་གསུངས་པའང་ཅུང་ཟད་མི་འཐད་པ་འབྱུང་།

གཉིས་པ་གཏན་ཆེགས་གྱི་ནམ་གཞག་ལ་གསུམ། གང་ནས་གསུངས་པའི་ཁུངས་  
འགོད། དེ་ནས་གསུངས་པའི་སྒྱུར་བ་བཤད། ངེས་པར་བྱེད་པའི་དཔེ་བཤད་པའོ། དང་པོ་  
ནི། མ་ངོས་པས་ཁུས་པ་ལས། གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་  
བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། རྒྱུན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། གང་ཞིག་སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་  
བག་ཡོད་ཡིན། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་གང་ཞིག་ཅེས་པས་ནི་སྐྱབ་གཞི་བསྟན། རྒྱུན་ལས་  
སྐྱེས་ཞེས་པས་སྐྱབ་བྱེད་བསྟན། མ་སྐྱེས་ཞེས་པས་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྐྱ་  
བྱ་གང་ཞིག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་ཏེ། རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྒྱུར་  
བ་ནི་རྟེན་པ་དང་པོས་འགོད་པ་ཡིན་ལ། མ་སྐྱེས་ཞེས་པ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཁྱད་པར་སྐྱར་  
དགོས་པ་ནི་རྟེན་པ་གཉིས་པས་བསྟན་ཅིང་། གསུམ་པས་ནི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་སྟོང་པས་ཁྱབ་པ་  
དང་། བཞི་པས་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་པན་ཡོན་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།། གཞན་ཡང་  
རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། ཁྱོད་ཀྱིས་ངེ་སྟེད་བཀའ་སྤྲུལ་པ། རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྒྱུས་  
ཏེ་འབྲུག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དངོས་སམ་བརྒྱད་པའི་སྟོན་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ནམ་གཞག་མ་  
བསྟན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་མེད་དོ།།

གཉིས་པ་ནི། རྟེན་འབྲུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཆེག་  
གིས་འགོད་ལུགས་ངེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རུང་དོན་དུ་སྤྱི་གཉིས་ཀར་རྟེན་ལ་སོགས་པ་གསུམ་

གཤིག་གནད་ཆང་ཞིང་། དེའང་རྟེན་གྱི་སྤྲོད་ནི། ཆད་མ་ནམ་འགྲེལ་ལས། དེ་རྟེན་སྤྲོ་ཡང་རྒྱ་  
དོན་ནས། ཡང་ན་རང་གི་རྟེན་དག་དང་། དབྱེར་མེད་པར་ནི་གནས་པའི་ཕྱིར། རྟེན་ཡིན་  
གཞན་དུ་འཐད་མ་ཡིན། ཞེས་ཆོས་གང་གི་རྟེན་ཡིན་ན་ཆོས་དེའི་རྒྱལ་ཡང་ན་རང་གི་བརྟེན་  
པ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་གནས་པ་སྟེ། མདོར་ན་རྟེན་བརྟེན་པ་ལ་དེ་བྱུང་དང་བདག་གཅིག་པའི་  
འགྲེལ་བ་གང་རུང་ཡོད་དགོས་པར་གསུངས་སོ། འོན་ཀྱང་དབྱེར་མེད་ལྷགས་ལ་དེ་ལྟར་མི་  
དགོས་པ་འདྲ་སྟེ། ཅུཤེས་ལས། བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། ལས་ཀྱང་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་  
ལ། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ། འབྱུང་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་རོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
དགོངས་པས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དང་བསྐྱུབ་བྱ་སྐྱུབ་བྱེད་སོགས་པན་ཚུན་རྟེན་བརྟེན་པར་  
གདོན་མི་ཟ་བར་ཁས་ཁྲུང་དགོས་ཤིང་། དེའི་ཆོ་ས་སྤྲུག་གཉིས་ཀྱང་པན་ཚུན་རྟེན་བརྟེན་པར་  
ཁས་ལེན་དགོས་པས་སྤྲུ་གྲུ་ས་ཐོན་ལ་བརྟེན་པར་མ་ཟད་ས་ཐོན་ཡང་སྤྲུ་གྲུ་ལ་བརྟེན་པར་  
ཁས་ལེན་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ནའང་སྤྲུ་གྲུ་ནི་ས་ཐོན་གྱི་འགྲེལ་ཡུལ་གཉིས་པོ་གང་ཡང་མིན་  
པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་རིང་སྤང་དང་པ་རོལ་ཚུ་རོལ་སོགས་བདག་གཅིག་དང་དེ་བྱུང་  
གི་འགྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་རྟེན་བརྟེན་པ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། ཁ་ཅིག་  
བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་པན་ཚུན་བརྟེན་པར་གསུངས་པ་ནི། དཔེར་ན་དུ་བ་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན་པའི་ཐ་  
སྐྱེད་ཀྱི་ཆ་དེ་སྐྱེད་བྱེད་མེ་ལ་ལྟོས་ནས་བཞག་ཅིང་དེ་བཞིན་མེ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཐ་སྐྱེད་ཀྱང་  
བསྐྱེད་བྱའི་དུ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་བཞག་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་དོན་མེད་དུ་གཉིས་པན་ཚུན་བརྟེན་པ་  
གཞུང་གི་དོན་མིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ནམ་འགྲེལ་ལས། ལྟོས་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་བརྟོད། ཅེས་  
གསུངས་པས་མེ་དུ་བ་ལ་ལྟོས་ན་དུ་བའི་འབྲས་བྱར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར། དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། ཅ་  
ཤེས་ཤིག་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས། རྒྱ་འབྲས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཐ་སྐྱེད་པན་ཚུན་  
ལྟོས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དོན་གཉིས་ཀྱང་པན་ཚུན་བལྟོས་པ་གཞུང་གི་དོན་ཡིན་ཏེ། པན་ཚུན་

བལྟོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བྱ་བྱེད་ཀྱི་དོན་དང་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
 འགོག་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་སོ།། དེས་ན་མེ་ཡང་དུ་བ་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོག་  
 གི་རང་གི་ངོ་ཤོས་རང་དབང་དུ་གྱུབ་པ་མེད་པས་ལུགས་གཞན་ལས་མེ་དུ་བ་ལ་མི་ལྟོས་པར་  
 བཤད་པ་སོགས་དང་མི་འདྲོ།། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།། དེས་ན་ཆོས་གང་ལ་བརྟེན་  
 པའི་དོན་ནི་ཆོས་དེ་ལ་བལྟོས་ནས་བཞག་པའམ་རག་ལས་པ་ཅོམ་ལ་བྱ་ཡི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་  
 ཞིག་མི་དགོས་སོ།། ད་ནི་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་པའི་འབྲེལ་བའི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།  
 མདོ་སྤེའི་རྒྱན་ལས། བརྟེན་ནས་དངོས་རབ་སྐྱེ་བར་མདོན་འཇུག་ན།། སྐྱེ་བོ་རི་ལྟར་གཞན་  
 གྱིས་བྱས་ལ་བརྟེན།། གང་བྱིར་ཡོད་པ་མི་མཐོང་མེད་མཐོང་བ།། དེ་འདྲའི་ཐུན་ནག་ནམ་པ་  
 དེ་གང་ཞིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱིན་པ་གི་དངོས་པོ་རྣམས་རང་དང་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་  
 སྐྱེ་བ་ནི་འོས་ཤིང་འཆམས་པས་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་སྟེ། འབྲེལ་ཆགས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་  
 མེད་ལས་སྐྱེ་བའམ་ཡང་ན་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་དབང་སྤྱད་སོགས་སྐྱེ་བོ་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་ནི་  
 མ་འབྲེལ་ལོ་ཞེས་བསྟན་བཞེད་ནས་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་འབྲེལ་བའི་སྐྱ་སྐྱོས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། མདོར་ན་རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་འབྱུང་བ་ཅོམ་ཞིག་ནི་བྱི་པས་ཀྱང་འདོད་མོད་ཀྱི། དེ་དག་གི་  
 འབྱུང་བ་ལ་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་མེད་པས་དེ་ལས་དགར་བའི་ཆེད་དུ་འབྲེལ་སྐྱ་བསྟན་  
 པར་སེམས་སོ།། ལ་ལས་འབྲེལ་བ་ནི་འགྲོ་བའོ་ཞེས་འབྲེལ་བའི་དོན་འགྲོ་བ་ལ་བྱངས་ནས་  
 བཤད་པ་མཇུག་ཀྱང་དེ་ནི་སྐད་དོད་ཀྱི་སྟེང་ནས་བཤད་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ནམ་གཞན་དུ་ན་ཡི་  
 གའི་དོན་ལ་མ་ཞུགས་པས་འཐད་པར་དཀའོ།། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་རྟེན་དང་  
 འབྲེལ་བའི་དོན་ནི་བཤད་ཟིན་ལ། ད་ནི་འབྱུང་བའི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་མཁས་བླ་བ་  
 རོར་བཟང་ཆེན་པོའི་གསུང་གི་དགོངས་པས། འདིར་འབྱུང་བ་ནི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བ་སྟེ་འབྲས་བྱ་  
 དང་དོན་གཅིག་ལ། དེའི་དབང་གིས་རྟེན་དང་རྒྱ་ཡང་དོན་གཅིག་ཏུ་འགྲུབ་པོ།། དེས་ན་ཡོད་

པ་ལ་རྟེན་འབྲུང་གིས་བྱུང་ཅིང་། རྟེན་འབྲུང་ལ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱིས་བྱུང་བས་འདི་པའི་ལུགས་ལ་  
རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་མེད་དོ་ཞེས་བཞེད་ཅིང་། དེའི་ཤེས་བྱེད་དུ། མཁས་པས་རྟེན་  
འབྲུང་ཆོས་རྣམས་རྟོགས་གུར་ཏེ། མཐར་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་པར་ཡོང་མི་བྱེད། རྒྱ་དང་བཅས་  
ཤིང་རྒྱུན་བཅས་ཆོས་ཤེས་ཀྱི། རྒྱ་མེད་རྒྱུན་མེད་ཆོས་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་བྱ་བ་བྲངས་  
ཤིང་། གཞན་ཡང་ལུང་རིགས་ཀྱི་ཆོག་མཆོག་མང་དུ་སྒྲོས་ཏེ། གཞི་གྲུབ་ན་འདུས་བྱས་ཀྱིས་བྱུང་  
ཅེས་པའི་བསྟན་བཅས་དུས་བྱ་ཞིག་མཛད་སྤང་དོ། འོན་ཏེ་རྩེའི་གསུང་དང་བསྟན་ན་དབྱང་  
འོས་པ་ཞིག་སྟེ། ཅུའེས་རྣམ་བཤད་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོག་ལས། དེ་ལ་སྤྲད་ལྟོས་རྟེན་གསུམ་  
རྣམ་གྲངས་པར་གསུངས་པས་རྟེན་པའི་སྤྱོད་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་ལ། འབྲུང་བ་ལ་  
གཉིས་ཡོད་པའི་སྤྱོད་བཞི་འདུས་བྱས་མིན་པ་ལ་མེད་ཀྱང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུབ་པ་ཡང་འབྲུང་  
བའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡོད་དེ། བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། ལས་ཀྱང་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་  
ལ། བརྟེན་ནས་འབྲུང་བ་མ་གཏོགས་པ། འབྲུབ་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་དོ། ཞེས་ལས་ལ་བརྟེན་  
ནས་བྱེད་པ་པོ་འབྲུང་བར་གསུངས་ཀྱང་ལས་བྱེད་པ་པོའི་སྤྱོད་བྱེད་མིན་པ་དང་། རིགས་པ་དེ་  
ཆོས་གཞན་ལ་སྦྱར་བར་གསུངས་པའི་སྐབས་སུ་ཆད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དང་བསྐྱབ་བྱ་དང་སྐྱབ་  
བྱེད་པའི་ཚུན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བར་གསུངས་ཀྱང་པའི་ཚུན་སྤྱོད་བྱེད་དུ་མི་རུང་དོ། རིན་  
ཆེན་ཐོང་བ་ལས་ཀྱང་། འདི་ཡོད་ན་ནི་འདི་འབྲུང་དཔེར། སྤང་དུ་ཡོད་ན་རིང་པོ་བཞིན། ཞེས་  
གསུངས་ཀྱང་སྤང་དུ་རིང་པོའི་སྤྱོད་བྱེད་མིན་པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བལྟས་ན་རྟེན་  
དང་རྒྱ་མི་གཅིག་ཅིང་འབྲུང་བ་དང་འབྲས་བྱ་མི་གཅིག་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ། དེས་ན་རང་  
གི་ལུགས་ནི། ཆོས་གང་ལས་འབྲུང་བའི་དོན་ནི། ཆོས་དེ་ལས་སྤྱོད་བ་དང་འབྲུབ་པ་གང་རུང་ལ་  
བྱ་སྟེ་རྩེའི་དགོངས་པ་མ་མེད་པའོ། མཁས་གྲུབ་ཙོར་བཟང་པས་དེ་ལྟར་གསུང་བ་ནི་དགོངས་  
གཞི་དང་དགོས་པ་བྱུང་བར་ཅན་ཞིག་ཡོད་པས་པས་དེ་བཅུལ་བར་བྱ་ཡི་སྤྱི་རྩེ་བཞིན་པ་ནི་མི་

བཟུང་སྟེ། གཞན་དུ་ན་ལུང་རིགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་འབབས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ཐབ་  
 ཞེ་སྟོས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས། ཞེས་ཆོས་ཉིད་སྟོས་བྲལ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པར་  
 གསུང་བ་དང་། ཡང་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལས། ནམ་མཁའ་ནི་འདུས་མ་བཟུང་བ་ལགས་ཏེ། ཞེས་  
 དང་། རིགས་པ་བྱུག་ཅུ་པ་ལས། ལྷ་དཔལ་འདས་པ་བདེན་གཅིག་བྱ། རྒྱལ་བ་ནམས་ཀྱིས་ནམ་  
 གསུངས་པ། དེ་ཆེ་ལྷག་མ་ལོག་མིན་ཞེས། མཁས་པ་སུ་ཞིག་ཉོག་པར་བྱེད། ཅེས་བྱ་བ་  
 སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་རོ། ཕྱི་མ་འདི་གཞོད་བྱེད་དུ་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་སྟམ་ན། ལྷ་དཔལ་འདས་ནི་མི་བསྐྱེད་  
 བའི་བདེན་པ་དང་འདུས་བྱས་ནམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བ་ཡིན་པ་ནི་ལུང་དེའི་དོན་  
 ཡིན་པས་ལྷ་དཔལ་འདུས་བྱས་མིན་པར་ཤེས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ལྷ་དཔལ་འདས་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་  
 ཆོས་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། གཞན་ཡང་བྱམ་པ་བདེན་སྟོང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བཅོས་ན་བྱམ་པའི་རང་  
 བཞིན་དུ་འགལ་ལ། མ་བཅོས་ན་འདུས་བྱས་སུ་འགལ་ལོ། འདུས་བྱས་ལ་ཀྱན་རྫོབ་གྱིས་  
 སྦྱང་བ་ནི་གཤམ་ཤིང་གྲུབ་པས་དེའི་ཆེ་དོན་དམ་བདེན་པ་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་པའམ་ཡང་ན་  
 དོན་དམ་ལ་ཀྱན་རྫོབ་གྱིས་སྦྱང་བར་སྤྲད་གོས་པར་འགྱུར་རོ། གཞན་ཡང་ལྷ་དཔལ་འདས་བརྟག་  
 པའི་རབ་བྱེད་ལས། ལྷ་དཔལ་འདས་པ་འདུས་མ་བྱས། དངོས་དང་དངོས་མེད་འདུས་བྱས་  
 ཡིན། ཞེས་བྱ་བ་སོགས་ལུང་རིགས་ཀྱི་གཞོད་བྱེད་མཐའ་ཡས་སོ། འོ་ན་མདོ་ལས། རྒྱ་དང་  
 བཅས་ཤིང་རྒྱལ་བཅས་ཆོས་ཤེས་ཀྱི། རྒྱ་མེད་རྒྱལ་མེད་ཆོས་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་འབྱུང་  
 ཞིང་། གཞན་ཡང་གསུང་རབ་དང་དགོངས་འབྲེལ་ཆེས་མང་སོ་ཞིག་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་  
 བཅས་སུ་གསུངས་པ་ཇི་ལྟར་བྱང་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། ལུང་དེ་དག་གིས་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བདེན་མེད་དུ་བསྟན་བཞེད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་བདེན་  
 པར་དོགས་པའི་གཞི་ནི་གཙོ་བོར་འདུས་བྱས་ཁོ་ན་ཡིན་པས་གང་ལ་བདེན་མེད་དུ་བསྟན་པའི་  
 གཞི་ཡང་གཙོ་བོར་འདུས་བྱས་ཅམ་དུ་ངེས་སོ། དེས་ན་རྒྱ་མེད་ཀྱི་ཆོས་མེད་ཅེས་གསུངས་

པའི་དོན་ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་མེད་པའི་འདུས་བྲས་ཀྱི་ཆོས་མེད་ཅེས་པའི་ཚུལ་དུ་ཡང་བཀའ་ན་ཁ་  
ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། འདུས་བྲས་ལ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དོགས་པ་ཆོད་ན་འདུས་མ་བྲས་བདེན་པའི་  
གནས་མེད་པས་དེ་ལ་དགོངས་ཏེ། འདུས་བྲས་བདེན་གྲུབ་འགོག་པ་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་བར་མཛད་  
ཀྱི་འདུས་མ་བྲས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། དེའང་དབྱ་མ་རྩ་བ་ལས། འདུས་བྲས་རབ་ཏུ་མ་གྲུབ་  
པས། འདུས་མ་བྲས་ནི་རི་ལྟར་གྲུབ། ཅེས་སྟོན་ལ་འདུས་བྲས་བདེན་མེད་དུ་རྒྱས་པར་གཏན་  
ལ་པབ་ནས་དེ་རྗེས་སུ་འདུས་མ་བྲས་བདེན་མེད་དུ་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ན་འདུས་མ་  
བྲས་བདེན་པར་ག་ལ་གྲུབ་སྟེ་འདུས་བྲས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་  
པར་མཛད་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་དང་མཐུན་པར་རང་སྤེའི་གྲུབ་མཐའ་གོང་འོག་ཅོད་པ་ན་འང་འདུས་  
བྲས་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་ལ་གཙོ་བོར་ཅོད་ཀྱི་འདུས་མ་བྲས་ལ་མིན་ཏེ། ཅམ་གྱིས་ཀྱི་ཆེན་  
ལས། འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་རང་སྤེའི་ཆོས་བདེན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་བདེན་  
པར་སྒྲུབ་པ་ལ་ནན་ཏན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་དེ་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་འདོད་པན་ཆད་དེ་ནས་  
གཞན་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་ལ་མི་ཅོད་པ་ནི་རིགས་པ་མི་ཤེས་པའི་སྐྱོལ་བ་སྒྲུ་ཅོར་སྒྲུ་བ་  
རྣམས་ལས་བྱུང་བྱུགས་པའི་བྱུང་ཆོས་ཆེན་པོའོ། དེའི་ཕྱིར་རྟོག་ལྡན་ལ་པན་གཞོད་བྱེད་པའི་  
དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་སྒྲུ་བའི་འབྲུལ་གཞི་ཆེ་ལ། འབྲས་བྱ་སྐྱེད་པར་མི་རྒྱས་པའི་འདུས་མ་  
བྲས་ལ་བདེན་པར་སྒྲུ་བའི་འབྲུལ་གཞི་ཆུང་བས། གཞུང་འདིར་ཡང་། འདུས་བྲས་རབ་ཏུ་མ་  
གྲུབ་པས། འདུས་མ་བྲས་ནི་རི་ལྟར་འབྲུབ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དངོས་པོ་བདེན་པ་འགོག་  
པ་ཉིད་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་བར་མཛད་དོ། ཞེས་སོ། མདོར་ན་རྒྱ་མེད་ཀྱི་ཆོས་མེད་ཅེས་གསུངས་  
པ་ནི་འདུས་བྲས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་སོ་ཞེས་བྲས་ན་རུང་ངམ་དབྱེད་པར་བུའོ།

གསུམ་པ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་བཤད་པ་ནི། སྤྱིར་སྒྲུ་མ་དང་སྤྱིག་རྒྱ་སོགས་འཛིག་ཉེན་ན་  
རྒྱུ་པར་གྲགས་པ་རྣམས་བདེན་པར་མེད་པའི་དཔེ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་རྒྱུ་ཡང་ཡོད་པར་གྲགས་



བའི་རྒྱུ་མ་སོགས་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་དཔེ་དང་གཏན་མེད་པ་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཅིག་  
 ཏུ་བྲལ་སོགས་གྱི་དཔེ་ལོ། ། བྱད་བཞིན་གྱི་གཞུགས་བརྟན་དང་རྒྱུ་མའི་རྟ་སྒྲུང་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 རང་འཇིག་གྱི་སྒོ་ལ་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པའི་རྩུབ་པ་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བའི་གཞི་  
 མཐུན་ཡིན་པས་སྤྲོད་ཉེན་འབྱུང་གཉིས་ཆོགས་གྱི་དཔེར་རུང་ལ། རི་བོང་གི་རྩ་དང་མོ་གཤམ་  
 གྱི་བྲལ་སོགས་པ་ནི་གཏན་མེད་པས་བདེན་སྤྲོད་གི་དཔེར་རུང་ཡང་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་དཔེར་  
 མི་རུང་ངོ་། ། འོན་ཏེ་གཅིག་དུ་བྲལ་ལྟ་བུས་བདེན་མེད་བསྐྱབ་པ་ན་དེ་དག་ཀྱང་ཉགས་ཆོས་  
 གཉིས་ལྡན་གྱི་དཔེར་རུང་སྟེ། བདེན་པས་སྤྲོད་པར་མ་བཤད་གཅིག་ཐ་དད་གང་དུའང་མ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་བདེན་མེད་གྱི་དཔེ་ཡིན་པ་ཙམ་གྱིས་བདེན་མེད་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ཐམས་  
 ཅད་དུ་དཔེར་མི་འགྲོ་བས་དོན་གང་ལ་དཔེ་གང་ཞིག་འཇུག་པའི་རྣམ་དཔྱེའེས་པ་གཤམ་ཆེ་སྟེ།  
 དེ་མི་ཤེས་ན་འཇུག་ཉེན་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་བས་ན་གཞུགས་བརྟན་ལྟ་བུའི་དཔེ་  
 གཅིག་ཉིད་གྱིས་སྤྲོད་ཉེན་འབྱུང་གཉིས་ཀ་མཆོན་ལུས་པས་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་དབྱུ་མའི་  
 དཔེ་ལ་གཞུགས་བརྟན་སོགས་མཆོག་ཏུ་བསྒྲགས་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། སྐབས་  
 འདིར་གཞུགས་བརྟན་སོགས་དཔེར་བཞོད་པ་ནི་འཇིག་ཉེན་པས་གྲུབ་ཟིན་དཔེར་བཞོད་པ་  
 ཡིན་གྱི་དབྱུ་མ་པས་རྩུབ་པར་བཞག་པ་གྲུབ་ཟིན་པ་ཞིག་དཔེར་བཞོད་པ་མིན་ནོ། ། དེ་ཡང་  
 བྱད་བཞིན་དུ་སྤང་བའི་གཞུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་དེ་ལ་སྤང་བའི་སྤྲོད་ནས་ཆ་འདི་ཙམ་ཞིག་བྱད་  
 བཞིན་དུ་སྤང་ལ། འདི་ཙམ་ཞིག་བྱད་བཞིན་དུ་མི་སྤང་ངོ་ཞེས་དཔྱེའི་ལུས་ལ། བྱད་བཞིན་གྱི་  
 གང་སྤང་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་སྤང་བ་ལྟར་དུ་ཡོད་པས་སྤྲོད་ཡང་རང་གི་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 སྐྱེ་བ་མི་འགཤམ་བ་དཔེར་བྱས་ནས་དེ་བཞིན་དུ་སྤོན་པོ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་སྤང་  
 བ་ན་ཡང་སྤོན་པོའི་སྤྲོད་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྤང་མི་སྤང་གི་ཆ་གཉིས་དཔྱེར་མེད་  
 པར་སྤང་ལ། དེ་ལྟར་སྤང་བ་ཡང་གང་སྤང་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་སྤང་བ་ལྟར་དུ་ཡོད་པས་

སྟོང་ཡང་རང་གི་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་དང་རང་གིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་མི་འགལ་བར་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
ཏེ། བྱད་བཞིན་གྱི་གཞུགས་བརྟན་དེར་གང་སྤང་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མེད་ཀྱང་  
གཞུགས་བརྟན་མེད་པར་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་འཛོགསཤེས་ན་སྟོན་པོ་ལ་ཡང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་  
བྱུང་བར་སྤང་བའི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་སྤང་བ་ལྟར་གྱི་དོན་མེད་ཀྱང་སྟོན་པོ་ཡོད་པར་ངེས་པར་  
འཛོག་ཀྱས་པ་ཞིག་འོང་ངོ་།། ཞིབ་མཐོང་སྟོན་གཞུགས་སོགས་ཀྱི་སྟོང་ནས་འདི་འགོག་འདི་  
མི་འགོག་ཅེས་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་གཞུགས་བརྟན་གྱི་དཔེ་སྟོང་ནས་བྱེད་པ་ནི་དབྱ་མའི་ལྟ་བ་  
རྟེན་པ་ལ་མེད་མི་རུང་དུ་དགོས་པས་ཆོས་སྤྱི་མི་ཉན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།། འདི་ལ་  
འབྲུ་སྟོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཅུང་ཟད་སྟོན་ན་བྱད་བཞིན་གྱི་གཞུགས་བརྟན་ལ་སྤང་བ་ལྟར་དུ་བྱུང་བས་  
སྟོང་པའི་ཆ་གཅིག་དང་སྤང་བ་ཅམ་ཞིག་རང་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་ཆ་གཅིག་སྟེ་ཆ་  
གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་མི་འགོག་པར་མ་ཟད་གཅིག་གྲོགས་སུ་གཅིག་  
འགྲོ་བའི་ཚུལ་ལེགས་པར་འཛོགསཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ནས་དཔེ་དེ་གཞན་ལ་སྟོར་བར་ཆོག་  
པས་སྟོན་དུ་གཞུགས་བརྟན་དང་སྐྱུ་མ་སོགས་དཔེའི་སྟོང་དུ་ཆ་དེ་གཉིས་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་  
ནས་བྲངས་ཏེ་འཛོགསཤེས་པ་ཞིག་མེད་དུ་མི་རུང་ངོ་།། དེའི་ཚུལ་ཡང་བྱད་བཞིན་གྱི་གཞུགས་  
བརྟན་སྤང་བ་ལྟར་དུ་བྱུང་ན་བྱད་བཞིན་དུ་བྱུང་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་ན་མེ་ལོང་དུ་བྱད་བཞིན་  
ཡོད་པར་ཐལ་བ་སོགས་ཀྱི་གཞོད་བྱེད་མང་བས་སྤང་བ་ལྟར་དུ་ནི་མེད་ལ། ཡང་བྱད་བཞིན་  
དུ་སྤང་བའི་གཞུགས་བརྟན་མེད་ན་ནི་དེ་ཉིད་མེ་ལོང་དང་བྱད་བཞིན་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱེན་ལས་  
སྐྱེ་བ་དང་འགལ་བས་བྱད་བཞིན་དུ་སྤང་བའི་གཞུགས་བརྟན་ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་ཡོད་ངོ་།། དེ་  
ལྟར་ཡང་མདོ་སྟེང་རྒྱན་ལས། དེ་ཡི་རྣམ་པ་དེ་ལ་ཡོད། དེ་ཡི་དངོས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། དེ་ལྟར་  
སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་ལ། ཡོད་དང་མེད་པ་ཉིད་དུ་བརྟེན། ཅེས་སྐྱུ་མ་དང་གཞུགས་བརྟན་སོགས་  
དེ་དང་དེར་སྤང་བའི་རྣམ་པའི་ཆ་ཡོད་ཅིང་དེ་དང་དེར་སྤང་བ་ལྟར་དུ་བྱུང་བའི་དངོས་པོའི་ཆ་

མེད་པར་གསུངས་ཤིང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དེ་བཞིན་གཉིས་སྒྲུང་དེ་ལ་ཡོད། དེ་ཡི་དངོས་  
 ཐོ་ཡོད་མ་ཡིན། ཅས་སྒྲུ་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཆ་ཕྱེ་བ་དེ་བཞིན་གཟུགས་སོགས་  
 ལའང་གཉིས་སྒྲུང་བའི་ནམ་པ་ཡོད་ཅིང་། གཉིས་སྒྲུབ་པའི་དངོས་ཐོ་མེད་པར་གསུངས་  
 ཏེ། འདྲིར་ཡང་འབྲེལ། སྒྲུ་མ་སོགས་ནི་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པའི་དཔེར་བསམས་ཏེ་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲུ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་གཏན་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲུ་བ་ནི་སྒྲུ་མ་སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ནམ་པ་དང་  
 དངོས་ཐོའི་ཆ་ཡོད་མེད་དུ་ཕྱེ་ནས་འཛོག་མི་ཤེས་པའི་ནང་རྟགས་ཕྱིར་ངོས་པར་ཟད་དོ། བྱམ་  
 པ་བདེན་པར་མེད་པ་དང་སྒྲིར་ཡོད་པའི་བྱད་པར་འབྱེད་པ་ནི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་ལ་ཡོད་  
 མེད་ཀྱི་ཆ་ཕྱེ་བ་དང་ཀྱན་ནས་འབྲེལ་བ་དེ་ལ་མི་བཟོད་པ་ནི་བྱམས་མགོན་ཞབས་ལ་སྒྲུང་བར་  
 ཟད་དོ། ཡང་བྱད་བཞིན་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་དུ་  
 སྒྲུང་ཚུལ་ཡིན་ཀྱི་སྒྲུང་ཚུལ་ཟུར་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་གཟུགས་བརྟན་ཀྱི་སྟེང་ནས་བྱད་  
 བཞིན་དུ་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་གི་ཆ་གཉིས་སྒྲུབ་པར་མི་རུས་ལ། རི་ལྟར་གཟུགས་བརྟན་སྒྲུང་ཚུལ་  
 ཉིད་བྱད་བཞིན་དུ་སྒྲུང་ཚུལ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་གཟུགས་སྒྲུ་སོགས་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་དེ་དག་རང་  
 བཞིན་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་སྒྲུང་ཚུལ་ཡིན་པས་དེ་ལ་དགོངས་ཏེ་སྔོན་པོའི་སྟེང་ནས་རང་མཆོན་  
 དུ་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་གི་ཆ་གཉིས་མེད་པར་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་རང་མཆོན་དུ་སྒྲུང་བར་གསུངས་  
 སོ། དེས་ན་སྔོན་པོ་སྒྲུང་བའི་ཆ་ནས་མ་འཁྲུལ་ཞིང་དེ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་སྒྲུང་  
 བའི་ཆ་ནས་འཁྲུལ་བའི་ནམ་དཔེ་བྱར་མེད་དོ། དེ་ལྟར་གང་སྒྲུང་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་འཁྲུལ་  
 བར་འཛོག་མི་ཤེས་ན་རང་མཆོན་ཀྱིས་སྟོང་པའི་དོན་འཛོག་མི་ཤེས་པས་ཡོད་མཐར་ལྷུང་བ་  
 ལས་མ་འདས་ཤིང་། ཡང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་བཞིན་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཆོག་པ་ལས་སྒྲེ་བ་  
 འཐད་ལྷན་དུ་འཛོག་མི་ཤེས་ན་སྟོང་པའི་དོན་ལ་རྟེན་འབྱུང་གི་ནམ་གཞག་འཛོག་མི་ཤེས་པས་  
 གློས་སྟོང་པའི་ཕྱོགས་བཟུང་ན་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ལ་ངེས་པ་རྩེ་ཆུང་དུ་སོང་སྟེ་ཆད་པའི་མཐར་

ལྷང་བ་ལས་མ་འདས་སོ།། དེའི་ཕྱིར་གཞི་སྒྲ་བྱ་ལྟ་བུ་སྟོང་བ་རྟེན་འབྱུང་གཉིས་ཆོག་གས་སུ་  
ངེས་པ་མ་རྟེན་པ་དེ་མིན་དུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་སྤངས་པའི་དབུ་མའི་ལམ་མི་རྟེན་པས་དེ་རྟེན་  
པ་ལ་སྤང་སྟོང་གཉིས་ཆོག་གས་སུ་ངེས་པ་རྟེན་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེའང་སྟོན་དུ་གཟུགས་བརྟན་  
ལྟ་བུའི་སྟེང་དུ་སྟོང་རྟེན་འབྱུང་གཉིས་ཆོག་གས་སུ་ངེས་པ་རྟེན་པ་ཞིག་དགོས་པས་དེ་ལ་དགོངས་  
ཏེ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་སྤང་བ་ལྟར་བྱུང་བའི་རང་མཆོན་འགོག་པ་དང་སྤང་བ་ཙམ་གྱི་  
རྟེན་འབྱུང་མི་འགོག་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་གཟུགས་བརྟན་སོགས་ཀྱི་དཔེའི་སྟེང་ནས་བྱེད་པ་ནི་  
དབུ་མའི་ལྟ་བ་རྟེན་པ་ལ་མེད་མི་རུང་དུ་གསུངས་སོ།། འདིར་གཟུགས་བརྟན་སོགས་བདེན་  
མེད་ཀྱི་དཔེར་བཤད་པ་ལ་འདི་སྟུམ་དུ་དོགས་ཏེ། གང་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆེགས་འགོད་  
ཡུལ་གྱི་ཁོ་ལ་བ་དེས་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་སམ་མ་རྟོགས། མ་རྟོགས་ན་རྟགས་  
ཆོས་གཉིས་ཆོག་གས་སུ་འཛིག་རྟེན་པས་བྱུང་བའི་དཔེར་འགོད་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་  
ཞིང་། དེགས་པས་ཀྱང་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་མ་ངེས་པ་ཞིག་ལ་བདེན་པར་མེད་དེ་  
གཟུགས་བརྟན་བཞིན་ཞེས་འགོད་ན་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པས་དཔེ་མ་བྱུང་བའི་སྟོན་དུ་འང་  
འབྱུང་རོ།། གཞན་ཡང་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་མ་རྟོགས་ན་དེ་ཉིད་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
པར་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་དེའི་མཐུན་དཔེ་ཡང་སྟོན་དུ་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པ་སོགས་  
བྱུག་པ་མེད་པའི་སྟོན་དུ་ཡང་འབྱུང་རོ།། ཅི་སྟེ་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་རྟོགས་ན་ནི་གཏན་  
ཆེགས་བཀོད་པ་དོན་མེད་དུ་འབྱུང་ཏེ། ཆོས་གཅིག་གི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་རྟོགས་ན་  
ཆོས་ཀྱན་གྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་རྟོགས་པར་གསུངས་པས་སོ་སྟུམ་ན། བཤད་པར་བྱ་  
སྟེ། ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། སྒྲ་མ་བྱེད་པ་དག་གིས་གཟུགས་སྒྲུལ་ཏེ། རྟ་དང་སྤང་པོ་ཤིང་  
རྟ་སྟོ་ཆོག་གས་བྱས། དེ་ལ་ངེ་ལྟར་སྤང་བ་གང་ཡང་མེད། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་  
ཤེས་པར་གྱིས། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྒྲུ་མ་དང་གཟུགས་བརྟན་སོགས་ཀྱི་དཔེས་བདེན་མེད་

དུ་སྐྱབ་པ་ནི་སྤང་བ་ལྟར་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་གོང་དུ་བྲངས་པའི་འཇུག་ཀྱི་གི་  
 ལུང་ལས་ཀྱང་གསལ་བར་ཤེས་སོ།། དེའི་ཕྱིར་གཞུགས་བརྟན་སྤང་བ་ལྟར་མེད་པ་གྲུབ་ཟེན་  
 དཔེར་བྱས་ཏེ་སྤྱི་གྲུ་སོགས་སྤང་བ་ལྟར་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པས་དཔེ་མ་གྲུབ་པའི་སྐྱོན་  
 མེད་ལ། གཞུགས་བརྟན་སྤང་བ་ལྟར་མེད་པ་གཞུགས་བརྟན་གྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་མེན་  
 པས་གཏན་ཆོགས་འགོད་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བའི་སྐྱོན་ཡང་མེད་དོ།། འོན་ཏེ་སྤྱི་གྲུ་སོགས་སྤང་  
 བ་ལྟར་མེད་པ་ནི་དེ་དག་གི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་གཞུགས་བརྟན་སོགས་དང་  
 མི་འབྲེལ། དེའི་ཕྱིར་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མེད་པའི་དོན་གཅིག་ཉིད་སྤྱི་གྲུ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་རྟོགས་  
 བ་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་རྟོགས་དགོས་ཤིང་། གཞུགས་བརྟན་སོགས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་རྟོགས་ན་  
 གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་རྟོགས་མི་དགོས་པའི་བྱང་ཡོད་དོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་  
 ལས། དེ་ལྟ་ཡིན་ནའང་རང་བཞིན་མེད་པའི་དཔེར་བྱང་ལུགས་ནི་གང་དུ་སྤང་བ་དེའི་ངོ་མོས་  
 སྤྱིང་པས་གང་དུ་སྤང་བ་དེའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ནི་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པས་དེ་ཉིད་དཔེར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།། གང་དུ་སྤང་བ་དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱིང་བ་དེ་སྤྱི་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱིང་དུ་  
 ཆད་མས་གྲུབ་ན་ནི་སྤྱི་གྲུའི་རང་བཞིན་མེད་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་གཞུགས་བརྟན་སོགས་དང་  
 མི་འབྲེལ། ཞེས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱིར་སྤང་བ་ཅེས་མེད་པ་ནི་གཞུགས་བརྟན་སོགས་ཀྱི་  
 སྤྱིང་དུ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པས་བདེན་མེད་དང་མི་རྟག་པ་སོགས་སྤྱི་ལྡན་ནས་མངོན་གྱུར་  
 དུ་ཁས་ལེན་པ་ལས་མི་ཤེས་སོ།། དེ་ལྟ་མིན་པར་གཞུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དང་སྤྱི་གྲུ་བདེན་  
 མེད་པ་རགས་མེད་པར་འདོད་ན་ནི་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གྱི་ནམ་གཞག་བྱར་མེད་པར་ཐལ་ཞིང་།  
 རྗེའི་གསུང་དང་ཡང་དངོས་སུ་འགལ་ལ། སྤྱིར་བདེན་མེད་དང་སྤྱི་གྲུ་བདེན་མེད་གཉིས་ཀ་  
 རྟགས་དེའི་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་ན་ནི། ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་ན་ཆོས་མཐུན་མེད། ཅེས་པའི་ཐལ་བས་  
 ཀྱང་གཞོད་དོ།། འོན་ཏེ་སྤྱི་བའི་སེང་གེ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པས་སྤང་ལྟར་གསུངས་

པ་ནི་དབྱུང་པ་འཇུག་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ཙམ་ཡིན་པས་ངང་དོན་དུ་འགྲེལ་བར་བྱའོ།།

སྒྲིན་བྱོན་མཁས་མང་ཉི་ལྔས་མི་སེལ་བའི།། དཀའ་གནད་ལུག་པའི་ནང་གི་ཐུན་ཐུག་  
འདི།། བདག་སློ་དམན་སྒོངས་སྒྲིན་མེད་ངོས་སྐལ་དུ།། བཞག་གམ་སྦྲུམ་དུ་བྱོགས་ཙམ་སེལ་  
མོ་བྱས།། ཞེས་ཀྱང་སྒྲས་སོ།།

གཞན་ཡང་དཔེ་གཅིག་གིས་དོན་དུ་མ་དང་། དཔེ་དུ་མས་དོན་གཅིག་དུ་དང་། དཔེ་  
སོ་སོས་དོན་སོ་སོར་མཆོན་ལུགས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་ཤིང་། གྲུབ་མཐའ་སོ་སོས་དཔེ་སོ་  
སོར་ལེན་ལུགས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་ཏེ། དེའང་བྱོགས་ཙམ་བཤད་ན། སྦྱ་མའི་དཔེ་གཅིག་ཉིད་  
དོན་ཐ་དད་པ་དུ་མ་ལ་སྦྱར་དུ་རུང་ཞིང་། རི་ལྷར་སྦྱར་ཚུལ་གཞུང་ནམས་སུ་གསལ་ལ། ཡང་  
གཟུགས་བརྟན་སོགས་དཔེ་མང་པོ་དོན་བདེན་མེད་གཅིག་ཉིད་ལ་སྦྱར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་གཉིས་  
ཤེས་སྒྲ་ཞིང་གྲགས་ཀྱང་ཆེ་ལ། འོན་ཏེ་བྱི་མ་གཉིས་གྲགས་ཚུང་བས་ཅུང་ཟད་སྒྲོས་ན། དང་  
པོ་གྲུབ་མཐའི་དབང་གིས་དཔེ་ལེན་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ནི། དཔེར་ན་སེམས་ཙམ་པས་སྦྱ་མའི་རྟ་  
སྐྱང་སྦྱར་རྟ་སྐྱང་དུ་མ་གྲུབ་ཀྱང་དེལ་ཤིང་ཙམ་རྟ་སྐྱང་དེའི་གཤེས་ལུགས་སུ་གྲུབ་པ་བཞིན་དུ་  
གཉིས་སྦྱང་གི་གཞན་དབང་གཉིས་སུ་མ་གྲུབ་ཀྱང་གཉིས་མེད་གསལ་རིག་གམ་གཉིས་སྦྱང་  
བདེན་གྲུབ་ཙམ་དེའི་གཤེས་ལུགས་སུ་གྲུབ་ཅེས་སྦྱོར། དབྱ་མ་བས་སྦྱ་མའི་རྟ་སྐྱང་ལ་སྦྱར་  
ཡང་རྟ་སྐྱང་གཉིས་པ་ཞིག་སྦྱལ་བ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན་སྦྱལ་གཞི་དང་སྦྱལ་བ་གཉིས་ཀ་རྩོན་  
མཉམ་དུ་བཞེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེས་མཆོན་ནས་གཞན་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་དཔེ་སོ་སོས་དོན་སོ་སོར་མཆོན་པ་ནི། སྦྱར་རྩོན་ཆོས་ཡིན་ནོ་ཙམ་གིས་  
བདེན་མེད་མཆོན་པར་འདྲ་ཡང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་མཆོན་དོན་རེ་སྦྱར་དུ་ཡོད་པས། དེ་བཤད་  
པ་ལ་གཉིས། དཔེ་གཞན་པ་དང་། སྒྲིག་རྒྱུའི་དཔེ་བཤད་པའོ།། དང་པོ་ནི། ཆོས་གང་ཡང་རྟོག་  
པའི་ངོས་ནས་པར་བཏགས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཚུར་མ་གྲུབ་པ་ནི་ཐག་པར་



སྐྱུལ་དུ་འབྱུལ་བ་ན་སྒོ་དེས་པར་བཞག་པ་མ་གཏོགས་དོན་ཐག་པའི་ངོས་ནས་སྐྱུལ་དུ་མ་བྱུབ་  
 པ་དང་འབྲ་བས། ཐག་སྐྱུལ་ནི་རྟོགས་པས་པར་བཏགས་ཙམ་གྱི་དཔེའོ། དེ་བཞིན་དུ་གཞུགས་  
 གྱུ་སོགས་རང་ངོས་ནས་མེད་ཀྱང་མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་ཞུགས་པའི་དབང་གིས་དེ་དང་དེར་  
 སྒྲུང་བ་དང་འབྲ་བས། སྐྱུ་ཤད་ནི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་སྒྲུང་ཙམ་གྱི་དཔེའོ། ཁ་ཅིག་མ་  
 རིག་པའི་དབང་གིས་བདེན་པར་སྒྲུང་ཞེས་བྱུང་བར་འབྱེད་པ་སྐྱད་བྱས་པ་ནི་དབྱུ་མ་ལྟོག་  
 གི་སེམས་ཙམ་གྱི་ལྟ་བུའི་ཕྱོགས་ནའང་མེད་དོ། དོན་འདི་ལ་དགོངས་ནས་རིགས་པ་དུག་ཅུ་  
 པར། འཛིག་རྟོག་མ་རིག་རྒྱུན་ཙན་དུ། གང་ཕྱིར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུང་། དེ་ཉིད་  
 ཕྱིར་ན་འཛིག་རྟོག་འདི། རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཞེས་ཅིས་མི་འཐད། ཅིས་གསུངས་སོ། གཞུགས་  
 སོགས་དེ་དང་དེའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་བྱེད་པར་སྒྲུང་ཡང་རང་ངོས་ནས་མེད་པ་ནི་སྐྱུ་མའི་མིས་  
 འགྲོ་འོངས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་བྱེད་པར་སྒྲུང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པ་དང་འབྲ་བས།  
 སྐྱུ་མ་ནི་དོན་བྱེད་པར་སྒྲུང་ཡང་དོན་དུ་མ་བྱུབ་པའི་དཔེའོ། འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་  
 སྒྲུང་ཙམ་གྱི་སྒྲིང་ནས་བྱ་བྱེད་འཐད་པའི་དཔེར་ཡང་སྒྱུར་རོ། བཏགས་དོན་བཙལ་ན་མི་རྟོག་  
 པ་ནི་རྒྱ་ཤིང་གི་སྒྲིང་བྱ་ཆར་བསལ་བའི་ཤུལ་དུ་སྒྲིང་པོ་མི་རྟོག་པ་དང་འབྲ་བས། རྒྱ་ཤིང་ནི་  
 རིགས་པས་དབྱུད་བཟོད་དུ་མ་བྱུབ་པའི་དཔེའོ། རྒྱ་ཤིང་ལ་སྒྲིང་པོ་མི་རྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་  
 ཕྱི་ནང་ཐམས་ཅད་པགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་དབང་གིས་སོ། གཞན་ཡང་མིག་གིས་  
 མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཡང་མི་བདེན་པ་ནི་གཞུགས་བརྟན་དང་འབྲ་ཞིང་། རྣ་བས་མངོན་སུམ་དུ་  
 ཐོས་ཀྱང་མི་བདེན་པ་ནི་བྲག་ཆ་དང་འབྲ་བ་སོགས་རིགས་པས་བཏགས་ནས་ཐམས་ཅད་ལ་  
 སྒྱུར་བར་བྱའོ། དཔེ་རྣམས་འབྱུལ་མར་སྒྱུར་ལུགས་ཀྱང་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་གང་ཟག་བདེན་  
 པར་མེད་པ་གཞུགས་བརྟན་དང་འབྲ་ན་དེས་སྐྱུ་བཟོད་སོགས་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པར་སྒྲུང་བ་རི་ལྟར་  
 རུང་སྐྱུ་མའི་དོགས་པ་སྤིད་པས་དེའི་སྒྲོག་བྱེད་དུ་སྐྱུ་མའི་སྐྱེས་བྱས་སྐྱུ་བཟོད་སོགས་བྱེད་

པར་སྒྲང་བའི་དཔེ་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དཔེ་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དོགས་  
པ་གཞན་དང་གཞན་སྦྱེ་བ་ན་དཔེ་གཞན་དང་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་སེལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས།  
དཀྱུས་གཅིག་ལ་དཔེའི་སྤེང་བ་མང་དུ་གསུངས་པའི་དགོས་པའང་དེ་ཉིད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། ཐག་རིང་ནས་བལྟས་པའི་ཆེ་སྤྲིག་རྒྱ་སྒྲང་ལ། ཉེ་བར་བྱིན་པའི་ཆེ་མི་  
སྒྲང་བ་ནི་མ་བརྟག་མ་དབྱད་པའི་ཆེ་གཟུགས་སྐྱ་སོགས་སྒྲང་ཞིང་། བརྟག་ཅིང་དབྱད་པའི་  
ཆེ་མི་སྒྲང་བའི་དཔེའོ། སྤྲིག་རྒྱ་སྒྲང་ཚུལ་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཆུའི་སྒྲང་ཚུལ་ལས་མ་འདས་  
པས། དེ་ཉིད་སྒྲང་བ་ལྟར་བྱུང་ན་ཆུར་བྱུང་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བྱིན་པའི་ཆེ་སྒྲུང་  
ལས་ཀྱང་གསལ་བར་མཐོང་རིགས་ཏེ། རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས། ཐག་རིང་ནས་ནི་མཐོང་བའི་  
གཟུགས། ཉེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གསལ་བར་མཐོང་། སྤྲིག་རྒྱ་གལ་ཏེ་ཆུ་ཡིན་ན། ཉེ་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཅིས་མི་མཐོང་། ཞེས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སྐྱ་སོགས་སྒྲང་ཚུལ་ཁོ་ན་རང་བཞིན་  
ཀྱིས་བྱུང་པའི་སྒྲང་ཚུལ་ཡིན་པས། སྒྲང་བ་ལྟར་བྱུང་ན་དེ་དག་རང་བཞིན་ཀྱིས་བྱུང་དགོས་  
ལ། དེ་ལྟར་བརྟགས་དོན་བཅས་པའི་ཆེ་ན་རྟེན་དགོས་སོ། ཡང་སྤྲིག་རྒྱ་ཆུར་བྱུང་ན་ཉེ་བར་  
བྱིན་པའི་ཆེ་དམིགས་རིགས་པ་ལས་མ་དམིགས་པའི་རྒྱ་མཆན་དེས་སྤྲིག་རྒྱ་ཆུ་མིན་པར་  
འབྱུང་ལ། དེ་དང་འབྲེལ་བར་གཟུགས་སོགས་རང་བཞིན་ཀྱིས་བྱུང་ན་བརྟགས་དོན་བཅས་པའི་  
ཆེ་ན་རྟེན་རིགས་པ་ལས་མ་རྟེན་པ་དེས་གཟུགས་རང་བཞིན་ཀྱིས་མེད་པར་བྱུང་སྟེ། དེ་ཉིད་  
ལས། རི་ལྟར་རིང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། འཛིག་རྟེན་འདི་ནི་ཡང་དག་མཐོང་། དེ་ལྟར་དེ་དང་ཉེ་  
རྣམས་ཀྱིས། མི་མཐོང་མཆན་མེད་སྤྲིག་རྒྱ་བཞིན། ཞེས་སོ། དེ་ལ་རིང་བ་ནི་དེ་ཁོ་ནའི་དོན་  
ལ་གཏུགས་ནས་མ་དབྱད་པའོ། ཉེ་བ་ནི་ཅིག་ཤོས་སོ། ཡང་ཐག་རིང་ནས་བལྟས་པའི་སྒྲོ་ནི་  
སྤྲིག་རྒྱ་འཛོག་བྱེད་དང་། ཉེ་བར་བལྟས་པའི་སྒྲོ་ནི་སྤྲིག་རྒྱ་ཆུར་མེད་པ་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པས་  
དེ་གཉིས་པ་ན་ཆུན་གཅིག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་བྱུང་བ་མིན་ཞིང་། བཀག་པའང་མིན་

པས་གཉིས་ཀ་ཆད་མར་རུང་བ་ལྟར་མ་དབྱེད་པའི་སྒོ་ནི་གཞུགས་སོགས་འཛོག་བྱེད་དང་།  
 དབྱེད་པའི་སྒོ་ནི་གཞུགས་སོགས་རང་བཞིན་མེད་པ་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པས། སྒོ་དེ་གཉིས་ཀ་  
 ཆད་མར་བཞག་པ་ལ་མི་འཐད་པ་མེད་དོ། དེ་ལྟར་དུ་བྱ་ཡི་དེ་ལྟ་མིན་པར་མ་དབྱེད་པའི་སྒོས་  
 མཐོང་བ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་ཞེན། དབྱེད་པའི་སྒོས་མ་མཐོང་བའི་ཆེ་ཡེ་མེད་དུ་ཞེན་  
 ཏེ། དབྱེད་མ་དབྱེད་ཀྱི་སྒོ་གཉིས་པོ་གཅིག་ཆད་མ་ཡིན་ན་ཅིག་ཤོས་ལོག་ཤོས་ལས་འོས་སུ་  
 མི་འདུག་སྟུང་སྟེ་བདེན་གཉིས་འགལ་འདུ་འབའ་ཞིག་ཏུ་སེམས་ན་ནི་ཆེས་ཚོངས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་རྒྱུ་ནས་སྒྲིག་རྒྱུ་མཐོང་བ་ན་དེ་ཉིད་རྒྱུ་ཡིན་པར་སེམས་ཤིང་། བརྒྱུང་བའི་བསམས་པས་  
 ཉེ་བར་བྱིན་པ་ན་ད་ཅིའི་རྒྱ་དེ་མེད་དོ་ཞེས་སེམས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རིན་ཆེན་  
 ཐེང་བ་ལས། སྒྲིག་རྒྱུ་ལ་ནི་འདི་རྒྱ་ཤེས། བསམས་ཏེ་དེར་ནི་སོང་བ་ལས། གལ་ཏེ་རྒྱ་དེ་  
 མེད་དོ་ཞེས། འཛིན་པ་དེ་ནི་བྱུན་པ་ཉིད། དེ་བཞིན་སྒྲིག་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཡི། འཛིག་རྟེན་ཡོད་ཅེས་  
 མེད་དོ་ཞེས། འཛིན་པ་དེ་ནི་ཚོངས་པ་སྟེ། ཚོངས་པ་ཡོད་པ་མི་གྲོལ་ལོ། ཞེས་སོ། དེ་ལྟར་  
 དཔེ་གཅིག་གིས་བདེན་པ་གཉིས་ཀའི་རྒྱལ་ལ་ངས་པ་བདེ་བླག་ཏུ་ཉེར་བ་ནི་སྒྲིག་རྒྱུའི་གོང་ན་  
 མེད་པས་གཅེས་པར་བཟུང་བར་འོས་ཏེ། འདི་སྐད་དུ། དཔེ་གཅིག་ཉིད་ཀྱིས་བདེན་པ་གཉིས་  
 ཀའི་རྒྱལ། རྒྱལ་བཞིན་འབྱེད་པ་དཔལ་མགོན་སྐུ་ཡི་ལུགས། ལུགས་དེ་ད་ལྟའི་བར་དུ་གང་  
 དུ་ཡི། ཡིབ་ཏུ་མི་འདུག་དེང་འདིར་གསལ་བར་བྱེ། ཞེས་ཀྱང་སྒྲུས་སོ།

གསུམ་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ངོ་བོ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ། འཛོག་བྱེད། དབྱེ་བ། ལྟོས་རྒྱལ་  
 ལོ། དང་པོ་ནི། གང་བྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། དེ་བྱིར་  
 ལྟོང་པ་མ་ཡིན་པའི། ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལས་ན་དབྱེ་མ་པའི་  
 ལུགས་ལ་རྟེན་འབྱུང་མིན་པའི་ཆོས་མེད་པས། རང་གི་གདགས་གཞི་དང་རྒྱ་རྒྱུ་ཅི་རིགས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་འཛོག་བྱེད་དུ་བྱ་ཡི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་འབྱུང་བ་ཅུ་ལ་མི་བྱ་

སྟེ། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་མ་དེས་པའི་ཕྱིར་རོ། འོ་ན་ཆོག་གསལ་ལས། དངོས་  
སོ་རྣམས་ཀྱི་འབྲུང་བ་རྒྱ་དང་རྟེན་ལ་ལྟོས་པ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་དོན་ཏོ། ཞེས་  
གསུངས་པ་རིམ་ལྔར་བྲངས་ཤེས་ན། ཅུཤེའི་རྟེན་ཆེན་ལས། སྐབས་འདིར་བྱད་གཞིར་བསྟན་པའི་  
རྟེན་འབྲེལ་ནི་འབྲེལ་བས་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
འདུས་བྱས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་དགོངས་པ་སྟེ། དེའང་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་དུ་འདུས་བྱས་རང་  
བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་ན་འདུས་མ་བྱས་རང་བཞིན་མེད་པར་རང་གིས་རྟོགས་པར་གཞིགས་  
ནས་འགག་སོགས་བརྒྱད་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གཞིར་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྟེན་  
འབྲེལ་ཙམ་ལ་མཛད་དོ། མཁས་གྲུབ་འོར་བཟང་པ་ཆེན་པོས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་དུ་  
བདེན་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་འདིར་འདུས་བྱས་ཁོ་ན་ལ་བྱད་གཞིར་བཤད་པ་  
འདིས་ཀྱང་གཞི་གྲུབ་ན་འདུས་བྱས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཤེས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་གཞུང་འདིས་  
འདུས་མ་བྱས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་མ་བཅད་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་དགོངས་པ་རིམ་ལྔར་ཡིན་པའང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་སོ། འདི་ལ་དོགས་པའི་  
གནས་ནི། བྱམ་པ་བདེན་སྟོང་རྟེན་འབྲུང་ཡིན་ནམ་མིན། མིན་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲུང་  
དུ་ཁས་སྐྱངས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། ཡིན་ན་གཞན་ལ་ལྟོས་པར་ཐལ་བས། དེ་ལྟར་རང་བཞིན་  
མིན་པར་ཐལ་ཏེ། ཅུཤེས་ལས། རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་མིན་དང་། གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་  
པ་ཡིན། ཞེས་རང་བཞིན་ཡིན་ན་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པས་བྱབ་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ནི་  
ན། འདིའི་ལན་ལ་ཁ་ཅིག་བཅོས་མིན་དང་ལྟོས་མེད་སོགས་བྱད་པར་གསུམ་ལྡན་དུ་བཤད་  
པའི་རང་བཞིན་ནི་དགག་བྱའི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་ཡིན་པས་སྒྲོན་མེད་ཅེས་ཟེར། དེ་ནི་མི་འཐད་  
དེ། ཆོག་གསལ་ལས། རི་སྐད་བཤད་པའི་བྱད་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་རང་བཞིན་དེ་འདྲ་ཞིག་  
ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་ནི་བ་བཀོད་ནས་མེད་ན་ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བར་གསུངས་

བ་ཉིད་གྱིས་ཁྱད་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་རང་བཞིན་ཀྱང་ཡིན་ལ། ཡོད་པ་འདྲ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
 ཞིག་རང་ལུགས་སུ་བཞེད་པར་བསྟོན་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཚུལ་ཤེས་འགྲེལ་ཆུང་ལས་  
 ཀྱང་། རྣམ་པ་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་དག་ནི་ཡིན་ཏེ། བཙུག་མིན་དང་རིང་སྤང་ལྟ་  
 བུ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པས། ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན་  
 རང་བཞིན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་དོན་གྱིས་བསྟན་ཅིང་། རྣམ་པ་བདེན་སྟོང་བཙུག་མིན་སོགས་  
 ཁྱད་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཡང་སྤྱོད་པོ་ཁ་  
 ཅིག ། རིང་སྤང་ལྟ་བུ་ཞེས་འབྱུང་བས། འཛོག་བྱེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་གཞུང་གི་དོན་ཡིན་གྱི་  
 སྤྱིར་མི་སྟོས་པ་གཞུང་གི་དོན་མིན་པས་སྟོན་མེད་ཅེས་ཟེར་བ་འདྲ་མི་འཐད་དེ། འདིར་འཛོག་  
 བྱེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་ན་སྟོས་པའི་རྣམ་གཞག་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར། སྟོས་པས་ཆོག ། དེས་ན་  
 རང་གི་ལུགས་ནི། རྣམ་པ་བདེན་སྟོང་ལ་ཆ་བྱེད་ནས་འཛོག་སྟེ། དེའང་རྟོག་པས་སྟོ་བཟགས་  
 པའི་ཆ་ནི་བདེན་སྟོང་གདགས་གཞིར་བྱས་ནས་བཟགས་པ་ཡིན་པས་རྟོན་འབྱུང་གི་ཚུལ་ལས་  
 མ་འདས་ཤིང་། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་དུ་བྱུང་པའི་ཆ་ནི་སྟོས་པའི་མཚན་མ་གང་དང་  
 ཡང་མ་འདྲེས་པས། དེ་ལ་ནི་རང་བཞིན་ཞེས་ཀྱང་བྲ། ཆོས་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། གནས་ལུགས་  
 ཞེས་ཀྱང་བྲ། མདོར་ན་རྟོག་ཡུལ་དུ་བྱུང་པའི་ཆ་ནི་སྟོས་བཟགས་ཡིན་གྱི་རང་བཞིན་མིན་  
 ལ། ཟག་མེད་རིགས་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་དུ་བྱུང་པའི་ཆ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་གྱི་སྟོས་བཟགས་  
 མིན་ནོ། ། དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་དང་བདེན་པར་གསུངས་པ་ནི་ཕྱི་མའི་ཆ་ལ་དགོངས་  
 ཤིང་། སྟོས་བཟགས་དང་རྟོན་པར་གསུངས་པ་ནི་སྤྱི་མའི་ཆ་ལ་དགོངས་པས་མ་འདྲེས་པར་  
 བྱའོ། ། གཞན་ཡང་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་ངོ་ལ་སྟོས་ནས་ཆོས་ཉིད་སྟོས་བྲལ་དུ་  
 བཞག་ཅིང་། འཛོག་རྟོན་པའི་ཤེས་ངོ་ལ་སྟོས་ནས་ཆོས་ཉིད་སྟོས་བཙས་སུ་བཞག་པ་སོགས་  
 ཆོས་ཟབ་ཅིང་སྤྱི་མའི་གནས་རྣམས་ཞིབ་པར་བཤད་དུ་ཡོད་ཀྱང་ཡིག་ཆོགས་ལ་འཛིགས་ནས་

མ་སྟེ་ས་སོ།།

གཉིས་པ་ནི། འབྲུག་འབྲེལ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 དང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འབྲུང་བ་དང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ཚུལ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེའང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་  
 འབྲེལ་ནི་དང་པོ་དང་། གདགས་གཞི་བཏགས་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་གཉིས་པའོ། ། འདི་གཉིས་  
 ནི་རི་ལྟར་ཡན་ལག་ཆོགས་རྣམས་ལ། ཞེས་སོགས་དང་། གང་ཞིག་རྟེན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་  
 སྐྱེས། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཅིང་། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྲུང་། འདི་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་འདི་  
 སྐྱེས། ཞེས་པས་ཀྱང་བསྟན་རྟོ། འོ་ན་རྟགས་སུ་འགོད་རྒྱ་དེ་གང་ཞེ་ན། གཉིས་ཀ་འགོད་པར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལམ་རིམ་རྒྱུད་བ་ལས། གང་ཟག་དང་བྱམ་པ་སོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆོགས་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རྟེན་  
 འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཉིས་སོ། ཞེས་འབྲུང་བས་སོ། འོ་ན་ཏེ་རིམ་པ་ནི་  
 འདི་ལྟར་དུ་བྱའམ་སྟམ་སྟེ། དང་པོར་རྒྱ་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་  
 རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་བྱངས་ཏེ་རྟག་མཐའ་དགག། དེ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མེད་པ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་དུ་ཡོད་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་བྱངས་ཏེ་  
 ཆད་ལྟ་འགོག། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་སྟེགས་ན་དེ་ཉིད་དབྱ་མའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 ཅེས་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་གང་། དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། དེ་ནི་བརྟེན་  
 ནས་གདགས་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོ། འོ་ན་རྟེན་འབྲུང་གཉིས་འགལ་  
 ལམ་མི་འགལ་རི་ལྟར་ཞེ་ན། བྱམ་པ་ལྟ་བུ་རྒྱ་རྟེན་ལས་སྐྱེ་བ་དང་གདགས་གཞི་ལ་བཏགས་  
 པ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲུང་གི་གཞི་གཉིས་མི་འགལ་ཡང་རི་ལྟར་སྟོན་པའི་ཚུལ་གཉིས་  
 འགལ་བར་ཤེས་སྟོའོ། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ཕྱི་པས་རྟེན་འབྲུང་གང་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པས་དེ་ལ་



སྒྲ་ཕྱི་གང་ཞིག་རྟགས་སུ་འགོད་ཀྱང་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཞིང་། རང་སྡེ་དངོས་སྤྱོད་བས་རྒྱུ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཙམ་ཞིག་ཁས་ལེན་ཀྱང་ཅིག་ཤོས་ཁས་མི་ལེན་པས་དེ་ལ་སྒྲ་  
 མ་འགོད་ན་མ་ངེས་པ་དང་ཕྱི་མ་འགོད་ན་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བས། གཉིས་ཀ་འགོད་ཡུལ་ལ་  
 བྱི་མ་མཐར་དབྱ་མའི་གྲུབ་མཐའ་ཁས་འཆེས་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཟེར་རོ།། དེ་ལ་ཕྱི་རོལ་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་སྒྲོག་ཆུ་ཁས་ལེན་པའི་དབང་གིས་རྟེན་འབྲེལ་ཁས་མི་ལེན་  
 པ་དེ་ལྟ་ཡིན་མོད། འོན་ཏེ་རང་སྡེ་དངོས་སྤྱོད་གཅིག་ཁས་ལེན་ལ་ཅིག་ཤོས་ཁས་མི་ལེན་པའི་  
 བྱུང་བར་འབྲེད་མི་རུས་ཏེ། སྤྱོད་པ་རེ་ཙམ་ནི་གཉིས་ཀ་ཁས་ལེན་ཅིང་། རྫོགས་པར་ནི་གཉིས་  
 ཀ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ།། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། འབྲས་བུ་རྒྱུ་ལ་ལྟོས་པར་ཁས་ལེན་ཀྱང་སྒྲོག་ལྟེ་  
 ལྟོས་པར་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་། གང་ཟག་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་པར་ཁས་ལེན་ཀྱང་ཚུར་ལ་བརྟེན་པར་  
 ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེས་ན་རྟེན་འབྱུང་གི་ཚུལ་གཉིས་སུ་མོང་དང་སུན་མོང་མིན་པར་  
 བཞག་པའང་མི་འཐད་པར་ཤེས་སོ།། འོན་ཏེ་གདགས་གཞི་བཏགས་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་  
 ལུགས་དང་། རྒྱུ་འབྲས་བུ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ནི་ཐལ་འགྱུར་པའི་སུན་མོང་མིན་པའི་བྱུང་  
 ཆོས་ཏེ། ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བར་སྣང་རོ།། དེ་ལྟར་ཡང་འབྲུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། ལྟོས་  
 གྲུབ་འདི་ལ་གཉིས་ཀ་པན་ཚུན་ལྟོས་པའི་སུན་མོང་མིན་པའི་འཛོག་ལུགས་ཡོད་པ་རྣམས་ཤེས་  
 དགོས་པར་ཡོད་རོ།། ཞེས་སོ།། གཞུང་ནས་རྟེན་འབྱུང་གི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས་མང་བར་མ་  
 བཤད་པས་རྒྱུ་འབྲས་མིན་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཤོས་སུ་འོས་མེད་ཀྱིས་  
 འདུ་ལ། དེའི་ཕྱིར་རིང་ཐུང་དང་ཤར་རུབ་ལ་སོགས་པ་པན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་རིགས་མཐའ་དག་  
 པན་ཚུན་དུ་གདགས་གཞི་དང་བཏགས་ཆོས་སུ་འབྲུབ་པོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཕྱང་པོ་གང་ཟག་གི་  
 གདགས་གཞི་ཡིན་པ་ལྟར་གང་ཟག་ཀྱང་ཕྱང་པོའི་གདགས་གཞིར་གདོན་མི་ཟ་བར་ཁས་ལེན་  
 དགོས་པས། ཇི་ལྟར་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་འདོགས་པ་དེ་ལྟར་གང་ཟག་ལ་བརྟེན་

ནས་ཀྱང་ཕྱང་པོ་འདོགས་སོ་ཞེས་མགིན་པ་བསངས་ཏེ་སྒྲོལ། དེ་ནི་ཅ་ཤེས་ལས། དེ་བཞིན་  
ཉེར་ལེན་ཤེས་པར་བྱ། ལས་དང་བྱེད་པོ་བསལ་བྱིར་རོ། ཞེས་པའི་ཕྱང་གིས་ཀྱང་བྱལ་  
བོ། རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་འབྲུང་བ་ཡིན་གྱི་བཏགས་པ་ནི་མིན་ནས་སྒྲུལ་ན། བརྒྱད་སྟོང་  
པ་ལས། འོན་ཀྱང་དེ་དག་འདུས་པ་ལས་སྒྲར་བཏགས་སོ། ཞེས་པེ་མང་གི་རྒྱ་ཁྱེན་འདུས་པ་  
ལས་པེ་མང་གི་སྒྲ་བཏགས་པར་གསུངས་པ་དང་སྒྲར་ན། རྒྱ་ལས་འབྲུང་བ་ཉིད་དེ་ལ་བཏགས་  
པའི་དོན་དུ་གོ་བྱས་ཤིང་། བཏགས་པའི་ཚུལ་ཡང་རྒྱ་ལས་འབྲུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད་  
ཅིང་། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་དུ་སོང་བ་སྟེ། མདོར་ན་གང་ལས་  
འབྲུང་བ་ཉིད་དེ་ལ་བཏགས་པ་དོན་གཅིག་དུ་སོང་ངམ་སྒྲུལ་སྟེ། དབྱེད་གཞིའོ།

གསུམ་པ་སྟོས་པའི་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟར་རྟེན་མི་འབྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟོས་ཚུལ་  
མི་འབྲ་བ་གཉིས་གསུངས་ཏེ། མདོ་ལས། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྲུང་། འདི་སྐྱེས་པའི་བྱིར་འདི་  
སྐྱེ། ཞེས་སྒྲ་མས་གདགས་གཞི་བཏགས་ཆོས་དང་། བྱི་མས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྟོས་ཚུལ་བསྟན་  
ཏོ། དེ་ལྟར་ཡང་རིན་ཆེན་གླེང་བ་ལས། འདི་ཡོད་ན་ནི་འདི་འབྲུང་དཔེར། སྤང་དུ་ཡོད་ན་  
རིང་པོ་བཞིན། འདི་སྐྱེས་པས་ན་འདི་སྐྱེ་དཔེར། མར་མེ་སྐྱེས་པས་འོད་བཞིན་ནོ། ཞེས་  
སོ། དེ་ལ་རིང་པོ་ནི་གདགས་གཞི་སྤང་དུ་ལ་སྟོས་ནས་འཛོག་ན་མ་གཏོགས་རང་དབང་དུ་  
འཛོག་ལུགས་མེད་པ་ལྟར། བྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་  
ནས་དེ་དང་དེར་འཛོག་ན་མ་གཏོགས་རང་བཞིན་གྱིས་འཛོག་ལུགས་མེད་དོ། གཞན་ཡང་  
རིང་སྤང་གཉིས་པོ་པན་ཚུན་སྟོས་ནས་བཞག་པ་ལྟར་གདགས་གཞི་དང་བཏགས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་པན་ཚུན་སྟོས་ནས་བཞག་པའང་གཞུང་གི་དོན་ནོ། ཡང་སྟོན་འོད་ནི་འདི་དོས་སུ་སྟོན་  
མེ་སྐྱེས་པ་ཅམ་གྱིས་པར་དོས་སུ་སྐྱེས་ཀྱི་འབྲལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བྱར་པ་མེད་པ་ལྟར་བྱི་ནང་གི་  
ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་རྒྱ་ཆོགས་ཆང་བ་ཅམ་གྱིས་དེ་དང་དེ་སྐྱེས་པའི་ཐ་སྙད་ཐོབ་ཀྱི་

དེ་ལས་གཞན་དུ་བདག་ལས་སྐྱེས་པ་འཕམ་གཞན་ལས་སྐྱེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་འབྲུག་གྲེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཟུར་པ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོག་དོ།། བརྟེན་ནས་འབྲུང་བའི་ཚུལ་འདི་ཙམ་ཞིག་ཁས་ལེན་གྱི་གཞན་  
 དག་ལྟར་བདག་གཞན་དང་དབང་ཕྱུག་སོགས་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་མི་ལེན་པས་རྟེན་འབྲུང་གི་  
 ཚུལ་དེ་ལ་རྒྱུན་ཉིད་འདི་བ་ཙམ་གྱིས་རྟེན་འབྲུང་ཞེས་བཤད་དོ།། གོང་གི་མདོ་ལུང་དེ་ཡང་  
 བྲུག་མཐའ་འོག་མ་ལྟར་ན་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྟོན་གྲེད་ལ་སྦྱར་རྟེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྟག་  
 ཏུ་དེ་ཡི་རྗེས་འབྲུག་བྱིས།། གང་ཞིག་ཡོད་པས་པན་འདོགས་གྲེད།། དེ་རྒྱ་དེ་ཕྱིར་བདུན་པ་  
 དང་།། སྐྱེས་ཕྱིར་ཞེས་ནི་བཤད་པ་ཡིན།། ཞེས་འབྲས་བུ་རྒྱུ་འབྲེལ་སྟེ་འབྲང་བའི་རྒྱ་མཆན་  
 གྱིས་འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྲུང་བ་དང་། རྒྱས་འབྲས་བུར་པན་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་འདི་  
 སྐྱེ་བར་གསུངས་ཏེ་དེའང་སྔ་མ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་དང་ཕྱི་མ་ལྔ་པ་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་སྦྱོལ། དེའི་  
 ཕྱིར་མདོའི་དགོངས་པ་སྔར་ལྟར་བཀའ་བའང་དབྱེ་མ་བའི་བྲད་ཆོས་ཞིག་ཏུ་འཁུམས་སོ།། དེ་  
 ལྟར་སྤྱིར་བྲད་གཞིའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲུང་ཡིན་པའི་དབང་གིས་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་  
 བད། གྲེ་བྲག་ཆོས་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བྲད་ཆོས་རི་སྟེང་ཡོད་པ་ཀུན་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་  
 གནད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བྲུམ་པ་ཡན་ལག་ཅན་ཡིན་པ་ནི་རང་གི་ཡན་ལག་  
 བརྟེན་ནས་གདགས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་ཅིང་ཆ་ཅན་ཡིན་པ་ནི་རང་གི་ཆ་ཤས་  
 ལ་སྟོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་པ་ལྟ་བུའོ།།

བཞི་པ་རྟེན་འབྲེལ་འཛོག་གྲེད་ཀྱི་ཆད་མར་དབྱད་པ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་ཆད་མས་བྲུབ་  
 མ་བྲུབ་དབྱད་པ་དང་། གྲེ་བྲག་རྣམ་མཁེན་གྱིས་གཟིགས་མ་གཟིགས་དབྱད་པའོ།། དང་པོ་  
 བློ། ཁ་ཅིག་འདི་སྐད་ཅེས་ཟེར་རྟེ། རྟེན་འབྲེལ་ལས་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་ཆད་མས་བྲུབ་  
 པར་མི་འཐད་དེ། ཆད་མས་བྲུབ་ན་དོན་ལ་ཡོད་དགོས། དེ་ལྟ་ན་རྟོག་པས་པར་བཏགས་ཙམ་  
 དུ་མི་འཐད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ།། གཞན་ཡང་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཆད་

མས་གྲུབ་ན་ཆད་མ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་གྲུབ། གཞུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་དང་སྤྱི་འཛིན་ན་ཤེས་  
སོགས་ཀྱིས་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། མིག་དང་ན་བ་སྤྱི་ཡང་ཆད་མ་མིན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
ལུང་དང་འགའ་ཞིང་། རིགས་པས་ཀྱང་ཐག་པར་སྤྱི་འཛིན་གྱི་སྒོ་ཐག་པ་ལ་ཆད་མ་མིན་པའི་  
རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་ལ་འཁྲུལ་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ན། གཞུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་ཀྱང་གཞུགས་ལ་  
འཁྲུལ་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཆད་མ་མ་ཡིན་ནོ། སྤྱི་འཛིན་ན་ཤེས་སོགས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་བས་སྒོ་  
གང་ཡང་ཆོས་གང་ལའང་ཆད་མར་སོང་བ་མེད་དོ་ཞེས་སྤྱི་ཞིང་། སྤྱི་ཆད་པས་ཀྱང་། གང་  
དག་དཔལ་ལྡན་ཆེ་བའི་རྩིས་འབྲང་ནས། མ་དག་འཁྲུལ་པའི་སྤང་བ་ཆད་གྲུབ་ཏུ། རིགས་  
པ་དུ་མས་བཏགས་ནས་ཁས་ལེན་པ། དེ་ལ་འགའ་བའི་ཁུར་ཆེན་འདི་ལྟར་ཡོད། ཅས་ལྟར་  
སྤང་འབའ་ཞིག་གི་འགའ་འདུ་མང་དུ་བསྒྲིགས་སོ། དེ་ལ་སོགས་པ་འདོད་ཚུལ་མི་འབྲ་བ་  
མཐའ་ཁྲུས་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཀུན་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་འཁྲུལ་སྤང་ཡིན་པར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་  
གྲུབ་པས་མ་འཁྲུལ་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་དོན་དུ་ག་ལ་རུང་སྟུང་དུ་སེམས་པ་འབྲའོ། དེས་  
ན་གང་ཡང་ཆད་མས་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡོད་མེད་དུ་བཞག་པ་ནི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་  
རྒྱུད་ལྟར་དུ་གཞུགས་པས་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པར་སྤྱི་བས་ནི་ཆེ་སྤྱི་  
དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་སོགས་ཀུན་བྱང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མེད་པར་སྤྱི་བ་ཡིན་པས་རྒྱུད་འཕེན་  
པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་ལོག་ལྟ་ཆེན་པོའོ། གཞན་ཡང་གཞུགས་སོགས་མེད་པ་ནི་  
མེད་མཐའ་ཡིན་པར་རང་གིས་ཀྱང་སྤྱི་བཞིན་དུ་ཡང་དེ་དག་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པར་སྤྱི་བ་ནི་  
རང་གིས་རང་ལ་ཙོ་བྱི་བར་ཟད་དོ། མདོར་ན་ཀུན་རྫོབ་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པའི་ཚུགས་ལ་ལུང་  
རིགས་ཀྱི་གཞོན་བྱེད་བསྐྱེད་པར་སྒྲིམ་ཀྱང་མི་རྫོགས་པས་དེ་ལས་ཐུགས་ནི་གང་ནའང་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི། རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་  
བཞིན་མེད་པའི་ཆ་ནས་རྟག་མཐའ་ལས་གྲོལ་ཞིང་། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཆད་མཐའ་ལས་

གྲོལ་ཏེ་དབུ་མར་གནས་པར་ཁས་སྒྲངས་པས། དེའི་ཕྱིར་ན་ཆད་མས་བྱུང་བའི་སྐད་བསངས་  
མཐོན་པོས་སྤྲོ་བར་བྱེད་དོ། རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་ཞེས་པའི་ཙམ་གྱི་སྤྲོས་ཀྱང་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་པ་བཅད་གྱི་ཡོད་ཙམ་མི་གཅོད་པས་རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་དང་ཆད་མས་བྱུང་བ་  
མི་འགལ་ཞིང་། དཔེར་ན་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བའི་དབང་སྣོ་གཟུགས་བརྟན་ལ་འཁྲུལ་མོད་གྱི་  
དེ་ལྟ་ནའང་གཟུགས་བརྟན་འཛོག་བྱེད་གྱི་ཆད་མར་རུང་བ་ལྟར་གཟུགས་སྤྲོ་སོགས་སྤང་བའི་  
སྣོ་ནམས་དེ་དང་དེར་འཁྲུལ་ཡང་དེ་དག་འཛོག་བྱེད་གྱི་ཆད་མར་རུང་སྟེ། རང་འཛིན་གྱི་སྣོ་  
དེ་དག་ལ་རི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ལྟར་འཛིན་རྟེན་ན་གྲགས་པའི་ཕྱིར་དོ། བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་  
བརྟན་སྤང་བའི་སྣོ་གཟུགས་བརྟན་ལ་འཁྲུལ་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི་གང་སྤང་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་བྱད་  
བཞིན་དུ་སྤང་བས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་སྤྲོ་སོགས་སྤང་བའི་སྣོས་ཀྱང་གང་སྤང་གི་ཆ་  
ཐམས་ཅད་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་སྤང་བས་དེ་དག་ལ་འཁྲུལ་བའོ། གཟུགས་སོགས་  
སྤང་བའི་སྣོ་ནམས་གཟུགས་སོགས་ལ་འཁྲུལ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
བྱུང་བའོ། འཁྲུལ་ཡང་ཆད་མར་སོང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པར་འཛོག་པས། གང་  
ལ་འཁྲུལ་བ་དང་དེ་ལ་ཆད་མར་སོང་བ་མི་འགལ་བའི་རྒྱལ་རི་མ་རི་བཞིན་མི་ཤེས་པ་དེ་སྤྱིད་  
དུ་དབུ་མའི་ལམ་མི་ཤེས་པ་འབྲེལ། མདོ་སྤེ་པས་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་པའི་དབང་སྣོ་རྟོག་  
བལ་མ་འཁྲུལ་བར་འདོད་པ་ནི་བྱུང་མཐས་སྣོ་བཏགས་ཙམ་མོ།

གཉིས་པ་ནམ་མཁའ་ཁྲེན་གྱིས་གཟིགས་མ་གཟིགས་དབྱུང་པ་ལ་གསུམ། གཞན་ལུགས་  
དགག་པ། རང་ལུགས་བཞག་པ། དེ་ལ་ཅོད་པ་སྤོང་བའོ། དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་སྤང་ཕྱོགས་  
རྟེན་འབྱུང་གི་ཆོས་ནམས་འཁྲུལ་སྤང་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་འཁྲུལ་ཟད་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ་  
སྤང་དུ་མི་རུང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མ་རིག་པའི་  
དབང་གིས་སྤང་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནམ་རྟོག་ཟད་ཅིང་མ་རིག་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་མི་

སྣང་ངོ།། ཞེས་ཟེར་རྟེ། རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། རབ་རིབ་དག་པས་སྐྱེ་ཤད་  
བཞིན།། སྟོང་ཉིད་མིག་སྟོན་གྱིས་སྤངས་པའི།། གློ་བྲོས་ཤིན་ཏུ་ནམ་དག་པ།། རྒྱལ་བས་  
འགའ་ཡང་མ་གཟིགས་སོ།། ཞེས་རབ་རིབ་དག་པའི་མིག་ལ་སྐྱེ་ཤད་མི་སྣང་བའི་དབེས་མ་  
རིག་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཀྱན་རྫོབ་འགའ་ཡང་མི་སྣང་བར་གསུངས་སོ།། གཞན་ཡང་  
དཔྱལ་བའི་ལྷགས་བསྐྱེད་སོགས་ལས་སྣང་ཡིན་པ་དང་འདྲ་བར་སེམས་ཅན་སོ་སོར་གང་སྣང་  
ཐམས་ཅད་དེ་དང་དེའི་ལས་སྣང་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་ལས་ཟད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ལ་ཅི་ཡང་མི་  
སྣང་ངོ།། ཞེས་ཀྱང་ཟེར་ངོ།། འོ་ན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེས་ཅི་ཡང་མི་མཁྱེན་པའི་ཕྱིར། བདེན་པ་གཉིས་མི་མཁྱེན་པར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་མི་མཁྱེན་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་གྱིད་བསྐྱལ་བར་སྟོས་ཀྱང་མི་རྫོགས་པས་ཕྱོགས་དེ་ནི་རྒྱང་རིང་  
དུ་སྤངས་པར་འོས་སོ།།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་གྱིས་རི་ལྷ་རི་སྟེད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པར་ལུང་རིགས་བརྒྱ་ལྷག་དུ་མས་བྱུང་བས་ན་ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་  
ནམས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་གྱིས་ལག་མཐེམ་གྱི་རྗེས་བཞིན་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་སོ་ཞེས་  
མགིན་པ་བརྒྱངས་ཏེ་སྟེ།།

གསུམ་པ་ནི། འོ་ན་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ནམས་མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་ཞུགས་པའི་གློས་པར་  
བཞག་ཅུ་མིན་པར་ཐལ། མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་དང་བྲལ་བའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ལ་སྣང་བའི་ཕྱིར། མ་ཁྱབ་ན། རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྣང་བའི་སྐྱེ་ཤད་རབ་རིབ་དག་པའི་མིག་  
ལ་སྣང་བར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། ཙྴ་པ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་བས་རྗེའི་བཞེད་པ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱ་  
བ་སྟེ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ནམས་སངས་རྒྱས་ལ་མི་སྣང་ན་ནི་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་བས་སྣང་  
བར་ནི་ཁས་སྒྲང་དགོས་ལ། འོ་ན་རྟེ་རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྐྱེ་ཤད་སྣང་བའི་ཚུལ་དུ་རང་ངོས་ནས་



སམ་རང་དབང་གིས་སྒྲུང་ན་ནི་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱི་དབང་གིས་སྒྲུང་ཙམ་མིན་པར་ཐལ་  
 བས། དེ་ལྟ་ན་སྒྲུང་ལ་རང་ངོས་ནས་མི་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་ཁས་ལེན་པ་ལས་འོས་མེད་དོ། དེ་ལྟར་  
 ཡང་ལམ་རིམ་ཚུང་བ་ལས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཇི་སྟེད་པ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་མ་རིག་པ་མ་  
 སྒྲུངས་པའི་ངོར་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་བཞིན་དུ་དེ་དང་དེར་སྒྲུང་  
 བའི་དོན་རྣམས་སྒྲུང་བ་ནི། མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་ཡོད་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་ལ་སྒྲུང་བ་ཁོ་ནའི་  
 སྟོན་སྒྲུང་སངས་རྒྱུ་ལ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཀྱི། གཞན་ལ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལ་མ་སྟོས་པར་སངས་རྒྱུ་  
 ཀྱི་རང་ངོས་ནས་སྒྲུང་བ་མིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཅུ་ཤེས་ཤིག་ཆེན་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་  
 གསུངས་སོ། དེ་ལ་རང་ངོས་ནས་སྒྲུང་བ་ནི་རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྒྲ་ཤད་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུའམ་ཡང་  
 ན་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་ལྟ་བུའོ། ཅིག་ཤོས་ནི་སྒྲུང་སྒྲུང་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་ངེས་ཤེས་  
 ཀྱིས་སྒྲུང་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུའམ་ཡང་ན་གཟུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་ཀྱིས་བྲངས་པ་གཟུགས་འཛིན་  
 རྟོག་པ་ལ་གཟུགས་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུའོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྒྲ་ཤད་དང་འབྲེལ་བའི་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་  
 རབ་རིབ་དག་པའི་མིག་དང་འབྲེལ་བའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྒྲུང་བ་ནི་སྒྲུང་སྒྲུང་རྗེས་སུ་  
 བྲན་པའི་ངེས་ཤེས་ལ་སྒྲུང་བ་དང་འབྲེལ་བས་དེའི་བདག་རྒྱུན་ལ་མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་ཡོད་  
 མི་དགོས་ཤིང་། མ་རིག་པ་མ་སྒྲུངས་པའི་གང་ཟག་ལ་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་སྒྲུང་བ་ནི་རབ་རིབ་  
 ཅན་ཀྱི་མིག་ལ་སྒྲ་ཤད་སྒྲུང་བ་དང་འབྲེལ་བས་སྒྲུང་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་དེ་ལ་མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་མ་  
 རྟུགས་ན་སྒྲུང་བའི་ཐབས་མེད་དོ། དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་སངས་རྒྱུ་ལ་སྒྲུང་ཡང་རང་  
 ངོས་ནས་མི་སྒྲུང་བའི་ཞིབ་ཆ་ཐོན་པ་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་སངས་རྒྱུ་ལ་ཡེ་ཤེས་མི་མངའ་  
 བ་སོགས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་རྣམས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། གཞན་ཡང་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་འབྲུལ་  
 ཟད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ལ་སྒྲུང་ན་ནི་དེ་དག་སྟོན་འབྲུལ་བས་བཞག་པའི་དོན་མིན་པར་ཐལ་ཞིང་། མི་  
 སྒྲུང་ན་ནི་གཏན་མེད་དུ་ཐལ་ལོ་ཞེས་པ་དང་། ལས་དབང་གིས་སྒྲུང་བ་མིན་པར་ཐལ། ལས་ཟད་

གྱི་སངས་རྒྱུ་ལ་སྤང་བའི་བྱིར་ཞེས་བའི་ཚད་སྤོང་ཡང་སྤྲ་མ་ལས་དབག་སྟེ་ཤེས་རྒྱས་བས།  
རྗེའི་གསུང་ནི་དེ་ལྟར་ཟབ་ཅིང་མ་ལ་དོན་ཆེ་བ་ཞིག་སྟེ། གང་གི་བྱིར། གཞན་དག་ལྟར་སངས་  
རྒྱུ་ལ་ཀུན་རྫོབ་མི་སྤང་ངོ་བྱས་ན། ཐམས་ཅད་མཐུན་བ་མི་སྤྱིད་བ་སོགས་ལུང་རིགས་གྱི་  
ཆོག་གས་དབག་ཏུ་མེད་བ་དང་འགལ་ཞིང་། རང་ངོས་ནས་སྤང་ངོ་བྱས་ན། རྫོ་འབྱུང་བའི་སྤང་  
ཆ་མིན་བར་ཐལ་བ་སོགས་གྱི་ལུང་རིགས་དང་འགལ་བས། དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྤང་ཡང་རང་  
ངོས་ནས་མི་སྤང་ཞེས་ཞིབ་ཆ་མཛད་དེ་གསུང་གི་ཟུར་རེ་རེས་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་གནད་ལ་དེ་  
ལྟ་བུའི་རེས་པ་རྒྱ་ཆེན་སྟར་བ་ནི་རྗེ་སྤྲ་མའི་བྱད་ཆོས་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཞིག་གོ། མདོར་ན་ཀུན་  
རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་མེད་པར་སྤྲ་བའི་ཕྱོགས་ལ་ལུང་རིགས་གྱི་གནོད་པ་བསྟན་པ་ནི་ཆེས་སྤྲ་  
ཡང་། ཀུན་རྫོབ་ཡོད་པར་སྤྲ་བ་ལ་ལས་སྤང་མིན་པར་ཐལ་བ་སོགས་གྱི་གནོད་བརྗོད་རྣམས་  
སྤོང་བ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་དེ་ལ་རྗེའི་མན་ངག་ལ་མ་བརྟེན་པར་སྤྲས་ཀྱང་ལན་མི་ཐེབས་ལ།  
དེའི་བྱིར་བདེན་གཉིས་གྱི་འཛོག་མཆམས་ཆེས་ཟབ་ཅིང་དཀའ་སའི་མཐར་ཐུག་པ་ནི་འདི་ཉིད་  
ཏུ་འབྱུངས་སོ།། དེ་ལྟ་ནའང་རང་གཞན་གྱི་མཁས་པ་པལ་མོ་ཆེས་མ་དགོངས་པ་འདྲ་སྟེ། སྟག་  
ཆང་བས། ཀུན་རྫོབ་དཔྱོད་བྱེད་རི་སྟེད་པ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བྱེད་པ་འདི་ནི་འགལ་འདྲ་  
ཀུན་གྱི་ཅ་བཅོ། ཞེས་བཅད་ཤིང་། མདོར་ན་གོ་བླ་ག་སྟག་གསུམ་སོགས་རྗེ་ལ་དགག་པ་བྱས་  
པའི་གཞན་ཕྱོགས་པ་རྣམས་གཙོ་བོར་ཀུན་རྫོབ་ཆད་མས་བྱུབ་པ་དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྣམ་  
མཐུན་ལ་སྤང་བར་བཞེད་པ་ལ་ཚུད་པར་འདུག་སྟེ་དེའང་གསལ་པོར་མ་ཐོན་པས་མ་གཏོགས་  
མ་རིག་པའི་དབང་གིས་སྤང་བ་ཙམ་མིན་པར་ཐལ་བ་སོགས་སྤང་སྟངས་ཚད་འདོད་པར་འདུག་  
ལ། དེ་ནི་ཚུད་པ་དེ་དག་མ་འོངས་པའི་སྟོན་ནས་རྗེ་ཉིད་གྱིས་ལན་གསལ་བར་མཛད་ཏུ་ཟིན་  
ཀྱང་གསུང་དེ་ཤིན་ཏུ་བརྗིད་བའི་དབང་གིས་ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་མ་གོ་བར་སྤང་ངོ་།། རང་ཕྱོགས་  
པ་དག་གིས་ཀྱང་གསུང་དེ་སྤངས་ནས་ལན་ཏུ་སྤྲ་རྒྱ་འདུག་ཀྱང་མ་སྤྲ་བ་ལ་བལྟས་ན་

དབྱིས་བྱིན་པ་ཞིག་མ་དགོངས་པ་འདྲའམ་སྟུང་མོ།།

དེས་ན་འདི་སྐད་དུ་བྱ་སྟེ། ཡུལ་དུས་ངན་པའི་རབ་འབར་མེ་དབྱང་དབྱས།། སྟོན་མེད་  
ལེགས་བཤད་ཡིད་འོང་ཚུ་སྟེས་གསར།། ལྷམ་མེར་ཤར་བའི་ངོ་མཆར་འདི་མཐོང་ཆོ།། ཡ་  
མཆན་སྟུང་དུ་འཇུག་མདངས་མི་འཆོར་སུ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་སུ་ཉམས་དགའ་བའི་  
གཏམ་མོ།།

གཤམ་ཏེ་སྒྲགས་རྩས་ཀྱིས་དབང་པོ་མ་བསྐྱད་ན་སྦྱུ་མའི་རྟ་སྒྲར་སྒྲར་བ་གནས་མེད་པ་  
ལྟར་མ་རིག་པའི་བསྐྱད་པ་མ་ཁྱུགས་ན། སྦྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཀྱན་རྫོབ་སྒྲར་བའི་གནས་མེད་པས།  
སངས་རྒྱས་ལ་ཀྱན་རྫོབ་སྒྲར་བ་རི་ལྟར་རིགས་ཏེ། དེ་ནི་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་གོ་  
སྟུང་ན། བདེན་དེ། ཆད་མ་རྣམ་ངེས་ལས། སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱིས་དོན་ཐམས་ཅད་  
སྒྲགས་སུ་ཆུད་པ་ནི་བསམ་ཀྱིས་མི་བྱུང་བོ།། ཞེས་གསུངས་པས་སོ།། འོ་ན་སྤྱིར་རྣམ་མཁྱེན་  
ཀྱིས་ཀྱན་རྫོབ་གཟིགས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད། རྩེ་བཀ་རི་ལྟ་བ་མཁྱེན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཀྱིས་  
རི་སྟེང་པའི་དོན་རྣམས་མཁྱེན་ནམ་མི་མཁྱེན་རི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཅ་འདྲུག་གི་འགྲེལ་ཆེན་  
གཉིས་གསུང་ཟེན་ལ་ཅུང་མི་མཐུན་ཏེ། འདྲུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། རི་ལྟ་བ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱིས་རི་ལྟ་བ་གཟིགས་པའི་གཟིགས་ངོར་རི་སྟེང་པ་མི་གཟིགས་ཀྱང་སྤྱིར་གཟིགས་པར་  
གསུངས་ཤིང་། ཅ་ཤེས་རྣམ་བཤད་ལས། ཡེ་ཤེས་གཉིས་པོ་པན་ཚུན་གཅིག་གི་སྟོན་ཡུལ་ཅིག་  
ཤོས་ཀྱིས་གཟིགས་ན་བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་འཆོལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་འདྲུག་པས་མ་  
གཟིགས་པར་གསུངས་སོ།། བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རི་ལྟར་འཆོལ་བ་ནི་རི་ལྟ་བ་མཁྱེན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རི་སྟེང་པ་དང་། རི་སྟེང་པ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རི་ལྟ་བ་གཟིགས་ན།  
སྤྱིར་རིགས་ཤེས་ཆད་མས་ཀྱན་རྫོབ་དང་ཐ་སྟོན་ཆད་མས་དོན་དམ་འཇུག་བར་ཐལ་བས། དེ་  
ལྟར་དོན་དམ་ཀྱན་རྫོབ་དང་ཀྱན་རྫོབ་དོན་དམ་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། འདྲུག་པ་ལས། དངོས་ཀྱན་

ཡང་དག་བརྩན་པ་མཐོང་བ་ཡིས།། དངོས་ཉིད་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར།། ཡང་དག་  
མཐོང་ཡུལ་གང་དེ་དེ་ཉིད་དེ།། མཐོང་བ་རྩན་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས།། ཞེས་རིགས་  
ཤེས་ཀྱིས་ཉིད་དོན་གང་ཡིན་དོན་དམ་དང་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཉིད་དོན་གང་ཡིན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།། འོ་ན་ཉིད་དོན་གཉིས་སོ་རིམ་བཞིན་དོན་དམ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་མཚན་  
ཉིད་དུ་གཞུང་འདིས་བསྟན་པ་ལྟར་ཐད་སོར་བཞག་ཏུ་བྱང་ངམ་སྟམ་ན། འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་  
ལྟར་ན་སྒྱིར་བཏང་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་ཀྱང་དམིགས་བསལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁུན་ཚུལ་ཀྱང་  
བསྟུས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ནི་བྱར་སྒྲུ་མར་རང་ལ་སྟོས་ཏེ་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་སོང་བ་དང་།  
བྱི་མར་རང་ལ་སྟོས་ཏེ་ཐ་སྟོན་ཚད་མར་སོང་བ་ཞེས་པའི་བྱད་པར་བསྟན་དགོས་ཏེ་གཞན་  
དུ་གྲགས་ཆེད།། ཅེས་རྣམ་བཤད་ལྟར་ན། ཐད་སོར་ཁས་ཁྲུངས་པས་ཚགས་སྟེ། ཡེ་ཤེས་  
གཉིས་སོ་པན་ཚུན་གཅིག་གི་སྟོན་ཡུལ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་མ་གཟིགས་པར་བཤད་པས་སྒྲར་ལྟར་  
བྱད་པར་སྒྱུར་བ་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྱུན་ཀྱིས་ཚས་ཐམས་ཅད་  
གཟིགས་ཀྱང་སྒྱིར་མིག་གིས་ཚས་ཐམས་ཅད་མཐོང་མི་དགོས་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རི་  
ལྟ་བ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རི་སྟེང་པ་མཁུན་དུ་ཚུགས་ཀྱང་སྒྱིར་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་  
འཇལ་བར་ཁས་ལེན་མི་དགོས་པས། བྱད་པར་བསྟན་པ་དོན་མེད་དོ་སྟམ་ན། བདེན་ཏེ། འོན་  
ཀྱང་འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས་བྱད་པར་སྒྲར་ལྟར་སྒྱུར་བར་མ་ཟད། རི་ལྟ་བ་མཁུན་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱིས་རི་སྟེང་པ་གཟིགས་ན་སྒྱིར་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་འཇལ་དགོས་པ་འགྲེལ་ཆེན་  
གཉིས་ཀའི་ཡང་དགོངས་པར་སྒྲུང་བས་ཞིབ་ཏུ་དབྱད་པར་བྱའོ།། གཞན་ཡང་རི་སྟེང་པ་མཁུན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པ་ལ་ནི་འགྲེལ་ཆེན་གཉིས་མི་མཐུན་པ་མེད་མོད། ཅིག་  
ཤོས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་མ་བཅས་ལ་མི་མཐུན་ཏེ། དེའང་ཡེ་ཤེས་དེས་རི་སྟེང་པ་གཟིགས་  
མ་གཟིགས་ལ་མི་མཐུན་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ནོ།། འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པས་

རི་ལྷ་བའི་དོན་ལ་ལྷོས་ཏེ་གཉིས་སྤང་བྱ་བ་ཅིང་། རི་སྟེང་བའི་དོན་ལ་ལྷོས་ཏེ། གཉིས་སྤང་  
 དང་བཅས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་ཡེ་ཤེས་གཅིག་ཉིད་ཡུལ་སོ་སོ་ལ་ལྷོས་ཏེ་གཉིས་སྤང་  
 བཅས་བྱ་བ་གཉིས་ཀར་ཁས་སྤང་དགོས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བདེན་གྲུབ་  
 ཀྱི་གཉིས་སྤང་བྱ་བ་པ་ཡོད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་གཉིས་སྤང་བྱ་བ་པ་མེད་ཅེས་ཟེར་བའི་ཅལ་ཙལ་  
 ཡང་འདིས་ཁེགས་སོ།། སངས་རྒྱས་ལ་གཉིས་སྤང་ཡོད་ཅེས་བྱས་ན་ལྷས་ངན་དུ་བཅི་ཞིང་།  
 རི་སྟེང་བའི་དོན་ནམས་འཇལ་ལོ་བྱས་ན་ཅིར་ཡང་མི་བཅི་བ་ནི་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་སྟེ། གང་  
 ལ་ཀུན་རྫོབ་སྤང་ན་དེ་ལ་གཉིས་སྤང་ཡོད་པས་ཁྲབ་པ་ནི་རང་གིས་ཀྱང་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ།། ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་འཛོག་ལུགས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
 སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་ཀྱང་བདེན་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་གཟིགས་ཤིང་། ཆ་ཅན་ཡེ་ཤེས་གཅིག་  
 སུ་དེས་དོན་དམ་གཟིགས་པའི་ཆ་ལ་རི་ལྷ་བ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ཀུན་རྫོབ་གཟིགས་པའི་  
 ཆ་ལ་རི་སྟེང་བ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་གདགས་པ་ཙམ་ཡིན་པས། ཡེ་ཤེས་གཉིས་པོ་དོ་སོ་  
 གཅིག་ལ་ལྷོག་ཆོས་ཐ་དད་དུ་བྱེ་བ་ཙམ་སོ།། འགྲེལ་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་གཅིག་དུ་  
 རིལ་ན། ཅེ་ཤེས་ཞིག་ཆེན་ལས། རི་ལྷ་བ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རི་སྟེང་བ་མ་གཟིགས་  
 པར་གསུངས་པ་ནི་རི་ལྷ་བ་གཟིགས་པའི་དོར་མ་གཟིགས་པའི་དོན་དུ་བྱས་ནས་འཇུག་པའི་  
 ནམ་བཤད་དང་མཐུན་པར་བྱའོ།། སྤྱིར་གཉིས་སྤང་ལ་འབྲུལ་སྤང་གིས་ཁྲབ་ཀྱང་སངས་རྒྱས་  
 ལ་མི་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཀུན་རྫོབ་སྤང་བ་དེ་གཞན་སྤང་ལ་ལྷོས་པའི་སྤང་ཚུལ་ཙམ་ཡིན་  
 པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། གནད་འདི་མ་ཉོགས་པའི་དབང་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་གཉིས་སྤང་ཡོད་ན་  
 འབྲུལ་སྤང་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེས་འཕེན་པའང་འགའ་ཞིག་བྱུང་སྤང་རོ།། གྲུབ་མཐའ་ཀུན་ཤེས་  
 སུ། སངས་རྒྱས་ལ་ཀུན་རྫོབ་སྤང་ན་དེ་ལ་ཐུན་པ་སྤྱིར་བྱེད་དུ་སྤང་བ་དང་མཚན་ཆ་གཅིད་བྱེད་  
 དུ་སྤང་བ་དང་། དཔུལ་མེ་སྟེག་བྱེད་དུ་སྤང་བར་ཐལ་བ་སོགས་འཕངས་ཏེ། ཞེ་འདོད་ནི། ཐུན་

པ་སྣང་ན་དེས་གཞུགས་བསྐྱབས་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་གཞུགས་མི་སྣང་བར་ཐལ་ལོ། ། ཞེས་  
འཕངས་འདོད་པར་འདུག་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་མཆོན་ཆ་གཏུབས་བྱེད་དུ་སྣང་ན་སངས་རྒྱས་རང་  
ཉིད་གཏུབས་བྱེད་དུ་སྣང་བར་ཐལ་བ་འཕེན་འདོད་པར་འདུག་པས། ཆེས་བཞད་གད་དུ་བྱ་བའི་  
འོས་ཏེ། ཕྱན་པས་གཞུགས་སྐྱབ་ན་སངས་རྒྱས་ལ་བསྐྱབས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། མཆོན་  
ཆ་གཏུབ་བྱེད་དུ་སྣང་ནའང་སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་གཏུབ་བྱེད་དུ་སྣང་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་  
ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྣང་གི་དགག་པ་མང་དུ་མཛད་འདུག་སྟེ། བྱིར་མི་ལང་ངོ་། །

ལྷ་པ་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་མ་རྟོགས་ཀྱི་མཆོམས་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ། རྟེན་འབྲེལ་ཆད་  
མས་གྲུབ་པའི་ཆད། དེ་ཉམས་ལེན་དུ་སྒྱུར་བའི་ཚུལ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་ལུགས་རི་ལྟར་  
མངོན་དུ་བྱས་པའོ། ། དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་པན་ཡོན་ནོ། ། དང་  
པོ་ནི། ཁ་ཅིག་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་ན་བདེན་མེད་རྟོགས་པས་ཁྲབ་སྟེ། བདེན་འཛིན་གྱི་ཞེན་ལུལ་  
སྟན་ཕྱད་བས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་  
ནི། མཐོང་ན་གཉི་ལྷག་འབྱུང་མི་འགྱུར། ། ཞེས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། འཛིག་རྟེན་  
རྒྱད་པ་རི་སྟེད་པ། དེ་ཡི་རྩ་བ་མ་རིག་སྟེ། གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལྟོག་པ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྱུང་བར་གསུང་། ། ཞེས་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་ན་བདེན་འཛིན་མ་རིག་པ་མི་འབྱུང་བར་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྟོང་པ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མིང་གིས་བཏགས་ནས་བསྟན་པ་སྟེ།  
དགོས་པ་ནི་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་གོ་བའི་ཆེད་དུའོ། ། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། རྟེན་འབྲེལ་  
གྱི་ངེས་པས་བདེན་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲེན་པས་དེ་ལ་དགོངས་ཏེ་རྟེན་འབྲེལ་མཐོང་བས་  
བདེན་འཛིན་ལྟོག་པར་གསུངས་པས་སོ་ཞེས་བྱས་ནའང་མ་འབྲེལ་བ་ཆེར་མེད་དོ། །

རང་གི་ལུགས་ནི། གདགས་གཞི་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པར་རྟོགས་ན་རྟེན་འབྲེལ་  
རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱིར་རྟེན་འབྲེལ་ནི་མངོན་གྱུར་ཡིན་པར་ཁས་སྐྱང་ན་རྒྱད་བར་སེམས་



སོ།། གཤམ་ཏེ་སྐྱབ་བྱེད་རྟེན་འབྱུང་རྟོགས་པའི་ཚད་གཞན་ལ་རག་ལས་པར་རྟོགས་པ་ལ་བྱེད་  
ན། རྟོགས་ཚུལ་གྱུ་བ་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གྱུ་བ་པར་འབྱུང་ཏེ། གཞན་ལ་རག་ལས་པར་  
རྟོགས་ན་གཞན་དབང་ཅན་དུ་རྟོགས་དགོས། དེ་ལྟ་ན་རང་དབང་བའི་ངོ་བོ་མེད་པར་རྟོགས་  
དགོས་པས་དེའི་ཆེ་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མེད་རྒྱུའི་བདག་ནི་རང་དབང་བའི་ངོ་བོ་ལ་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཡོད་པ། དེ་ནི་རང་  
དབང་མི་འབྱུང་ངོ་། འདི་ཀྱན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། དེ་ཕྱིར་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་  
གསུངས་པས་སོ་ཞེ་ན། འདིའི་རང་དབང་ནི་གཞན་དབང་གི་ལྷོག་ཆེ་ཅམ་ལ་བྱ་བ་མིན་ཏེ།  
ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་ལས། དུལ་གྱི་སྟེང་དུ་རང་གི་ངོ་བོའི་སྟོ་ནས་རང་ཚུགས་སྐྱབ་པའི་སྟོད་  
ལྷགས་ལ་རང་དབང་བར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ་། ཁ་ཅིག་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་  
ལས། རང་བཞིན་བཅོས་མིན་ལྟོས་མེད་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས་དང་བཅོས་མ་གཉིས། ཇི་ལྟ་  
བྱུང་ན་གཞི་གཅིག་ལ། མི་འགལ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་  
བྱེད་རྟེན་འབྱུང་དང་དགག་བྱའི་རང་བཞིན་གཉིས་དངོས་འགལ་དུ་འདོད་ཀྱང་། དགོངས་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གཞུང་གིས་བྱེད་ཚུལ་ལྟོས་མེད་དང་བཅོས་མིན་དངོས་འགལ་དུ་བསྟན་གྱི་བྱེད་གཞི་  
རྟེན་འབྲེལ་དང་རང་བཞིན་གཉིས་དངོས་འགལ་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པར་གྱིས་ཤིག །

གཉིས་པ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། དེ་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ། རྟེན་འབྱུང་  
མཐོང་བ་ལེགས་པར་བསྟགས། དེ་ཡང་ཀྱན་ཏུ་མེད་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་  
མིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་རྟོགས་པར་རྟོགས་ན་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་  
ལ་བརྟེན་པའི་མཐའ་འདྲིའི་ཀྱི་ལྟ་བ་གང་གིས་ཀྱང་རྩེར་ལ་སྐྱགས་མི་རྟེན་པར་མ་ཟད། བར་  
ལ་དེ་དག་འབད་མེད་དུ་འཛོམས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། ལྟ་  
ངན་བྱ་བ་མཐའ་དག་གཙོད་པར་བྱེད། ཅེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ་། གཞན་ཡང་ས་ལས་

གྱི་གནད་ལ་མཁས་པའི་པན་ཡོན་ཀྱང་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལེགས་པར་  
ཤེས་པ་ན་དེའི་ལག་རྗེས་སུ་འབྲས་བུ་ལྷ་བྱ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལའང་གང་ཞིག་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
བའི་ས་བོན་སོགས་རྒྱ་རྒྱུན་རི་སྟེང་ཅིག་ཆོག་པ་དགོས་པར་གྲངས་ངེས་དང་། ཆོག་པ་ཆོས་  
དེ་དག་ཀྱང་དུས་གང་ལ་གང་ཞིག་སྦྱར་དགོས་པའི་གོ་རིམ། གང་ཞིག་རྒྱུར་བྱང་ལ་གང་ཞིག་  
མི་བྱང་བའི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པས་ངོ་བོ་མ་རྟོར་བ་བཅས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་། ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་བར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས་སྦྱར་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་  
ཆོག་པ་གྲངས་ཆང་ལ་ངོ་བོ་མ་རྟོར་ཞིང་གོ་རིམ་མ་འབྲུགས་པར་བྱས་ནས་ཉམས་སུ་སྒྲངས་  
དགོས་པར་གོ་སྟེ་ལག་ལེན་བྱེན་ཅི་མ་ལོག་པ་འོང་ཞིང་། གཞན་དུ་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་  
སྦྱང་ཉིད་སྟོན་པ་གཅིག་བྱས་ཆོག་པར་འདི་ན་པ་ལྷ་བྱ་གྲངས་ངེས་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་དང་།  
འོག་མའི་རྟོགས་པ་མ་སྦྱེས་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་གོང་མ་ལ་རྒྱག་པ་ལྷ་བྱ་གོ་རིམ་ལ་ལོག་པར་  
ཞུགས་པ་དང་། ཅི་ཅམ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་གོ་ལ་ལམ་དུ་རྫོམ་པ་ལྷ་བྱ་ངོ་བོ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་  
པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་རྣམས་འབྱུང་བར་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ལེགས་པར་ཤེས་དང་མི་ཤེས་  
ནི་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་འགག་གནད་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཏུ་རྟོགས་སོ།། གཞན་ཡང་ལྷ་བྱ་སྦྱེད་པ་ལ་རྒྱ་  
ལུད་སོགས་རྒྱ་རྒྱུན་རི་ཅམ་ཞིག་ཆོག་པ་དགོས་པའི་གྲངས་ངེས་ཤེས་པ་ན་ཆོག་པ་ཆོས་དེའི་  
ནང་ནས་ཆ་ཤས་གཅིག་ཅམ་མ་ཆང་ནའང་ལྷ་བྱ་སྦྱེ་བའི་གནས་མེད་པར་མཐོང་སྟེ་རྒྱ་ཆོག་པ་  
མཐའ་དག་ལ་འབད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལའང་རྒྱ་ཆོག་པ་རི་ཅམ་ཞིག་དགོས་པའི་གྲངས་ངེས་ཤེས་པ་  
ན་དེའི་ནང་ནས་ཆ་གཅིག་ཅམ་མ་ཆང་ནའང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་གནས་མེད་པར་མཐོང་ནས་  
མདོ་སྔགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་གོ་ནས་ཡོན་ཏན་རྣ་རྗེ་སྟོན་  
པའི་གསུང་རབ་ཡན་ཆད་སངས་རྒྱས་སྐུ་པའི་ཆ་ལག་ཏུ་གོ་སྟེ་གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་

པར་འཆར་བར་འགྱུར་ལ། གོ་རིམ་དེས་ན་བསྟན་པ་མཐའ་དག་འགལ་མེད་དུ་འདྲ་རྒྱུ་གས་པར་  
འགྱུར་རོ།། དེས་ན་གཅིག་ཤེས་ཀྱི་ཕྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕོས་ལམ་སྤྲོགས་རེ་བ་ཅམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་  
ཐོབ་པར་རེ་བ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་མི་ཤེས་པས་ནོངས་སོ།། མདོར་ན་འདི་ཡོད་པ་  
ན་འདི་འབྱུང་འདི་འགགས་པ་ན་འདི་འགགས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འབྲས་བྱ་གང་ཡང་རང་  
གི་རྒྱ་ཆོགས་ཆང་ན་ཡོད་ཅིང་མེད་ན་མེད་པས་བདེ་བ་འདོད་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ན་དགེ་  
བ་སྦྱབ་ཅིང་སྤྲིག་པ་སྦྱོང་དགོས་པར་མཐོང་ནས་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་  
ཤེས་པ་ལ་འོང་གི་གཞན་ལ་མི་འབྱུང་རོ།།

གཉིས་པ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམས་སྦྱོར་གཅིག་བྱའི་ནང་དུ། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་  
གྱི་གནད་ཆང་སྟེ། དེའང་གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ནི་བསྦྱབ་བྱ་སྦྱབ་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་འདྲ་  
ཞིང་། ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ནི་བསྦྱབ་བྱ་སྦྱབ་བྱེད་མཇུག་བའི་ཆད་མར་འདྲ་ལ། འབྲས་བྱ་  
སྦྱ་གཉིས་ནི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ལག་རྩེས་ལས་བྱུང་བས་རྣམས་སྦྱོར་དེའི་ཉིང་དགོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་  
འདྲའོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཐོག་མར་གཞི་བདེན་གཉིས་ལུང་རིགས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབས་སྟེ་ཤེས་  
པར་བྱས། དེ་ནས་རི་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ལྟར་ལམ་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྤངས་ནས་འབྲས་བྱ་  
སྦྱ་གཉིས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་ཉམས་སུ་སྤང་བའི་རིམ་པའོ།། ཐབས་  
ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་སྦྱོར་ལུགས་ནི། བན་ཚུན་དུ་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་ཐེན་པར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་ལུགས་རི་ལྟར་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་གསུམ། ལུང་  
འདས་ཀྱི་རོ་ཐོ་ངོས་བཟུང་བ། དེ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ། དེ་ལ་དོགས་པ་སྦྱོང་བའོ།། དང་པོ་  
ནི་སྟོ་བྱུང་གྱི་བྲི་མས་དབེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་ལུགས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་འགོག་པ་དོན་  
དམ་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།། འོན་ཏེ་རང་རྒྱུད་པས་ཐེག་དམན་གྱི་ལུང་འདས་ཀྱི་རྫོབ་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་

མྱུང་འདས་དོན་དམ་དུ་འདོད་དེ། དེ་འང་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་  
 བདེན་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབང་གིས་ཡིན་པར་ཉི་མྱུང་ལས་གསུངས་སོ།། འདི་བས་ཉན་རང་དག་  
 བཅོམ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་ཟིན་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པས་བྱབ་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་  
 པའི་དབང་གིས་འགོག་བདེན་ལ་དོན་དམ་གྱིས་བྱབ་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ།། དོན་དམ་ཡིན་  
 ཡང་དེ་བཞིན་ཉིད་མིན་ཞེས་པའི་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པས་བཞེད་ལ། དེ་ལ་དོགས་པའི་  
 གནས་ནི། མྱུང་འདས་དེ་སྟོབ་པའི་མཉམ་བཞག་གི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་ནམ་མིན། མིན་ན་དོན་དམ་  
 དུ་འགལ་ཞིང་། ཡིན་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་མིན་པ་དང་འགལ་སོ།། གཞན་ཡང་དབུས་མཐའ་ལས།  
 སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟུན། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་མཐའ། མཆན་མ་མེད་དང་དོན་  
 དམ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རྣམ་གངས་སོ།། ཞེས་དོན་དམ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་སོགས་རྣམ་  
 གངས་སུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་གཞུང་དུ་མ་  
 ཉན་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དབྱུང་གཞིའོ། མྱུང་འདས་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོག་མེད་ནས་གྲོལ་བའམ་ཡང་ན་ནམ་ཡང་མི་གྲོལ་བར་ཐལ་ཏེ། ཆོས་ཉིད་སྤྱི་  
 ཕྱི་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་སྟམ་ན་སྟོན་མེད་དེ། རོ་བོའི་སྟོན་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱད་  
 པར་མེད་ཀྱང་སྟོབ་བྱེད་དང་བལ་མ་བལ་གྱི་བྱད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྤེ་རྒྱན་  
 ལས། སྤྱི་མ་ཕྱི་མར་བྱད་མེད་ཀྱང་། སྟོབ་པ་ཀུན་གྱི་ངི་མེད་པ། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་  
 འདོད། དག་པ་མ་ཡིན་མ་དག་མིན། ཞེས་སོ། དེ་ལྟར་རང་བཞིན་དང་སྟོན་བྱུང་གྱི་ངི་མས་  
 དག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་སུ་བརྟུན་ཅིང་། དེ་དང་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱི་རིགས་འདྲ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ནས་ཡོད་པས་དེ་ལ་དགོངས་ཏེ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟིང་པོ་ཅན་དུ་གསུངས་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་  
 ཐམས་ཅད་ལ། བྱད་པར་མེད་ཀྱང་དག་གྱུར་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་ཉིད་དེ་ཡི་ཕྱིར། འགྲོ་

ཀུན་དེ་ཡི་སྒྲིབ་པོ་ཅན། ཞེས་སོ། ། དེ་མ་རང་བཞིན་གྱིས་ཟད་པ་མྱང་འདས་ཀྱི་གཞི་ཡིན་ཀྱང་  
 དེ་ཅམ་མྱང་འདས་སུ་མི་རུང་ཞིང་། དེ་མ་གཉེན་པོས་ཟད་པ་མྱང་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་ཀྱང་དེ་  
 ཉིད་མྱང་འདས་ཀྱི་གཞིར་མི་རུང་བས། མྱང་འདས་ཡིན་ན་རང་བཞིན་ནམ་དག་གཞིར་བྱས་པ་  
 ལ་སྟོ་བྱུང་གི་དེ་མས་དག་པ་སྟེ་མདོར་ན་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་  
 སོ། ། རང་བཞིན་མྱང་འདས་མྱང་འདས་དངོས་གནས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་དངོས་གནས་  
 པར་ཁས་སྤངས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པར་འདོད་མོད་  
 གྱི། རང་གི་ལུགས་ནི་སྟོ་བྱུང་གི་དེ་མས་མ་དག་ན་རང་བཞིན་གྱིས་དག་ཅམ་མྱང་འདས་སུ་  
 མི་རུང་བས་དངོས་གནས་པ་མིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཤེལ་དཀར་པོ་ཆོན་ནག་པོ་དང་ཐུད་པ་  
 ན་ནག་པོའི་མདོག་ཏུ་འགྱུར་ཡང་རང་གཤེས་དཀར་པོ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་མིན་པ་ལྟར་འགྲོ་  
 ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་ནམ་པར་དག་པ་དེ་ཉིད་སྟོ་བྱུང་གི་དེ་མས་བསྟན་པའི་དབང་གིས་མ་  
 དག་པའི་ངོ་བོར་སྤང་ཡང་རང་བཞིན་དེ་མའི་ངོ་བོར་སོང་བ་མིན་ནོ། ། རང་བཞིན་ནམ་པར་  
 དག་ལུགས་ཀྱང་དེ་མ་གཤོད་མ་ནས་ཟད་པའམ་སེམས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་མའི་ངོ་བོར་  
 མ་སྟེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་རྩ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་རྟོག་ཅིང་། གསེར་རང་བཞིན་གྱིས་གཡའི་ངོ་  
 བོར་མ་སོང་བ་བཞིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་དབུས་མཐའ་ལས། རྩ་ཁམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་  
 ནམས། དག་པ་བཞིན་ཏུ་དག་པར་འདོད། ཞེས་སོ། ། གཞན་ཡང་རྩ་རྟོག་དྲུངས་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་མི་འདྲ་ཡང་རྩའི་རང་བཞིན་ལ་སྔ་ཕྱིར་མི་འདྲ་བ་མེད་པ་ལྟར་དག་མ་དག་གི་གནས་  
 སྐབས་ཐ་དད་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་རིག་གི་ཆ་ལ་འཕོ་འགྱུར་འགྲོ་བ་མིན་པས།  
 རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ་འདི་ནི་ཀུན་རྫོབ་དང་སྔ་མ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཏུ་བྱས་པས་  
 རྩ་གཉིས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་དབུ་མ་པས་སྟོ་བྱུང་གི་དེ་མ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་

སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པའི་ཆ་ལ་མྱང་འདས་སྤྱི་བཞེད་ཅིང་། རང་སྤྱེ་དངོས་སྤྱི་བས་རྩི་  
མ་གཉེན་པོའི་སྤྱི་བས་གྱུན་ཟད་པའི་ཆ་ལ་མྱང་འདས་སྤྱི་འདོད་པས་མྱང་འདས་ཀྱི་ངོ་ཤོ་  
དང་དེ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་གྲུབ་མཐའ་གོང་འོག་གཉན་མི་མཐུན་ནོ།། དེ་ལ་དངོས་སྤྱི་བ་ནམས་  
ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་ན། རྩི་མཐའ་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤྱང་པོ་གཉེན་པོས་འཛིག་པའི་སྤྱི་ནས་མངོན་དུ་  
བྱེད་ཀྱི་འདུས་བྲས་འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པའི་སྤྱི་ནས་མངོན་དུ་བྲས་  
པ་མིན་ཏེ། རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་ལས། ནམ་པར་འཛིག་པས་འགོག་འགྱུར་གྱི། འདུས་བྲས་  
ཡོངས་སྤྱི་ཤེས་པས་མིན། ཞེས་སོ། དེ་ལྟར་ན་མངོན་དུ་བྱ་རྒྱའི་མྱང་འདས་ཡོད་དུས་སྤྱང་  
པོ་མེད་པས་མངོན་དུ་བྱེད་མཁན་གྱི་གང་ཟག་མེད་ཅིང་། གང་ཟག་ཡོད་དུས་མངོན་དུ་བྱ་རྒྱའི་  
མྱང་འདས་མེད་པས། མྱང་འདས་དེ་ནི་གང་ཟག་སྤྱི་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་ཅེས་འདྲི་བར་བྱ་བ་ཡིན་  
ལ། དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་བྱ་བ་བྲས་སོ། འདི་ལས་སྤྱི་བ་གཞན་མི་ཤེས་སོ། ཞེས་སྤྱང་  
པོ་ཞིག་པ་ཤེས་པའི་སྤྱི་ནས་ཆེད་དུ་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེས་འདྲི་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
ཆེད་དུ་བརྗོད་དུས་སྤྱང་པོ་མ་འགགས་པས་མྱང་འདས་མ་གྲུབ། མྱང་འདས་གྲུབ་དུས་གང་  
ཟག་མེད་པས་དེས་ཆེད་དུ་བརྗོད་པར་མི་རིགས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་  
ལས། དེ་ནི་སྤྱི་ལ་མངོན་སྤྱི་འགྱུར། གཞི་ཤེས་པ་དེ་རི་ལྟར་འགྱུར། ཞེས་སོ། རིགས་  
པས་ཀྱང་སྤྱང་པོ་སྤྱི་ལ་ཡོད་བྱིས་ཟད་པའི་ཆ་ནི་དངོས་པོའི་ཞིག་པ་ཡིན་པས་འདིར་དངོས་  
པོ་ཡིན་ལ། མྱང་འདས་ནི་དངོས་པོ་མིན་པའི་བྱིར་ཏེ། རིན་ཆེན་སྤྱི་བ་ལས། མྱང་འདས་  
པ་དངོས་མེད་པའང་། མིན་ན་དེ་དངོས་ག་ལ་ཞིག །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། འདིའི་དངོས་  
མེད་ནི་དངོས་པོ་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་ཆ་ལ་གསུངས་པས་མྱང་འདས་ནི་དེ་འབྲ་བའི་དངོས་  
མེད་ཀྱང་མིན་ནོ། དེས་ན་རང་གི་ཕྱགས་ནི། འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཤེས་པའི་སྤྱི་ནས་  
མངོན་དུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མིན་པས་དངོས་སྤྱི་དང་གཉན་ནས་མི་འབྲ་ལ། དེའང་



འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་འཁོར་བའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་  
ན་ཆོས་ཅན་འཁོར་བའི་སྣང་བ་སྒྲོ་ངོར་ཟད་ཅིང་ཟད་པ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པ་ལ་མཐོང་བའི་  
ཆོས་ལ་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། བྱ་བ་བྱས་སོ་ཞེས་ཆེད་དུ་བརྗོད་བའང་དེའི་སྒྲོ་  
ནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། མ་རིག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ལ། ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་  
ན། སྒྱེ་བ་དང་ནི་འགག་པའང་རུང་། འགའ་ཡང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། དེ་ཉིད་མཐོང་  
ཆོས་ཕྱ་ངན་ལས། འདས་ཤིང་བྱ་བ་བྱས་པའང་ཡིན། ཞེས་སོ། མདོར་ན་འཁོར་བའི་གནས་  
ལུགས་ལ་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཁོར་བའི་སྣང་བ་སེལ་བ་ཅམ་ལ་ཕྱང་འདས་མངོན་དུ་  
བྱས་པར་བཤད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། སྲིད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཉིད། ཕྱ་ངན་འདས་ཞེས་བྱ་བར་  
བརྗོད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། འོན་ཏེ་ཉོན་མོངས་མ་སྤངས་ན་ཕྱང་འདས་ཐོབ་པར་བཞག་  
མི་རུས་པས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་གཞིར་བྱས་པའི་སྤྲེང་དུ་ཕྱང་པོའི་སྣང་བ་ཟད་པ་ལ་བྱའོ།

ཉོན་མོངས་ཟད་དུ་རྒྱག་ཀྱང་ཕྱང་པོའི་སྣང་བ་མ་འགགས་ན་ཕྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་  
པར་མི་འཇོག་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་མ་འགགས་ན། ཉོན་མོངས་ཟད་ཀྱང་འདས་མི་  
འགྱུར། གང་ཆེ་འདིར་དེ་འགགས་གྱུར་པ། དེ་ཡི་ཆེ་ན་གྲོལ་བར་འགྱུར། ཞེས་སོ། འདིའི་  
འགགས་པ་སྐད་ཅིག་འགགས་པ་ལ་བྱེད་ན་ཕྱང་འདས་དངོས་པོར་ཐལ་ཞིང་། རྒྱུན་འགགས་  
པ་ལ་བྱེད་ན་དེ་ནི་སུ་ལ་མངོན་སུམ་འགྱུར། ཞེས་པའི་ཐལ་བ་རང་ལ་སྒྲོག་པས་ཕྱང་པོའི་སྣང་  
བ་འགགས་པ་ལ་བྱ་བར་འོས་མེད་ཀྱིས་བྱུབ་ཅིང་། དེའང་ཕྱང་པོའི་ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོར་འགགས་པའོ། ཆོས་ཉིད་མངལ་བའི་སྒྲོ་ངོར་ཆོས་ཅན་  
འགགས་པའང་ཟད་པ་ནི་ཆོས་ཅན་དེའི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་འགོག་བདེན་དོན་  
དམ་པའི་རྒྱ་མཚན་མཐར་ཐུག་པའང་དེ་ཉིད་དོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རིན་ཆེན་སྲེང་བ་ལས། ཐེག་  
པ་ཆེ་ལས་སྒྱེ་མེད་དང་། གཞན་གྱི་ཟད་པ་སྒྲོང་བ་ཉིད། ཟད་དང་མི་སྒྱེ་དོན་དུ་ནི། གཅིག་

པ་དེ་ཕྱིར་བཟོད་པར་གྱིས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པའང་ལེགས་པར་དངས་པར་འགྱུར་  
རོ། ། ཕྱང་པོ་མ་སྤངས་ན་ཕྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱ་བར་མི་འདྲིལ་ལ། ཕྱང་པོ་གཉེན་པོའི་སྟོབས་  
གིས་རྒྱན་ཟད་པར་སྤངས་ནའང་མི་རུང་བས། ཕྱང་པོའི་རྒྱན་ལ་གནས་བཞིན་དུ་དེ་ཉིད་སྤངས་  
པ་སྟེ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ཐུན་མོང་ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་སོ། ། དེ་ལྟར་ཕྱང་པོ་ལ་གནས་བཞིན་དུ་ཕྱང་  
པོ་སྤངས་པ་ནི་མདོའི་དགོངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་གསལ་བར་ཤེས་ཏེ་རིགས་པ་དུག་ཅུ་པའི་  
འགྲེལ་པར་ཐེག་དམན་གྱི་མདོའི་ཕྱང་དངས་པ་ལས། གང་སྟུག་བསྐལ་འདི་མ་ལུས་པར་སྤངས་  
པ། དེས་པར་སྤངས་པ། བྱང་བར་གྱུར་པ། ཟད་པ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ། འགོག་པ། ཉེ་  
བར་ཞི་བ། རུབ་པ། སྟུག་བསྐལ་གཞན་གྱི་མཆམས་མི་སྦྱོར་ཞིང་། མི་འབྱུང་། མི་སྦྱེ་བ་འདི་  
ནི་ཞི་བ། འདི་ནི་གྲོལ་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ཕྱང་པོ་ཐམས་ཅད་དེས་པར་སྤངས་པ། མིད་པ་  
ཟད་པ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ། འགོག་པ་སྤངས་ལས་འདས་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
སྟུག་བསྐལ་འདི་ཞེས་ཉེ་ཆོག་གི་རྒྱས་པས་ད་ལྟའི་སྟུག་བསྐལ་གྱི་ཕྱང་པོ་ལ་གོ་ཞིང་། དེ་ལྟར་  
བྱས་ན་ད་ལྟ་རང་རྒྱད་ལ་གནས་བཞིན་པའི་ཕྱང་པོ་འདི་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་དེས་པར་  
སྤངས་པ་སོགས་སུ་དངས་དགོས་པ་མདོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པས་གང་ལ་གནས་བཞིན་དུ་དེ་  
སྤངས་པ་སྟུ་སྟུབ་ཞབས་གྱི་དགོངས་པར་མ་ཟད་མདོས་ཀྱང་གསལ་བར་བསྟན་ཏོ། ། མ་འོངས་  
པའི་སྟུག་བསྐལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྟུག་བསྐལ་གཞན་གྱི་མཆམས་མི་སྦྱོར་བ་སོགས་  
མདོ་ཆོན་ལོགས་སུ་གསུངས་པས་སྤེལ་ད་ལྟའི་སྟུག་བསྐལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པར་ཤིན་ཏུ་  
གསལ་ལོ། ། དེའང་དངོས་སྟོབས་ལྟར་སྟུག་བསྐལ་འདི་ནི་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཞེས་པ་གཉེན་  
པོས་སྤངས་པ་ལ་བཤད་ན་མ་གཏོགས་སྤང་ངོར་སྤངས་པ་ལ་བཤད་དུ་མེད་ཀྱང་། གཉེན་པོས་  
སྤངས་པ་ལ་བྱེད་ན་གཞོད་བྱེད་སྤར་ལྟར་འབྲུག་པས་མདོ་འདི་བཤད་པའི་ཐབས་མེད་ལ། ཐལ་  
འགྱུར་པ་ལྟར་ན་སྤང་ངོར་སྤངས་པ་དང་ཟད་པ་སོགས་ལ་བཤད་དུ་ཆོག་པས་མདོའི་དོན་ཡང་

ལེགས་པར་བཤད་པར་རྒྱས་སོ།། འདི་དག་དཔལ་ལྷན་ཆེ་བའི་དགོངས་པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཇི་  
 ལྟར་གསལ་བར་མཛད་པ་ལྟར་བཀོད་པའོ།། དེ་ལྟར་གྲུབ་མཐའ་གོང་ལོག་ལ་མྱང་འདས་འཛིག་  
 ལུགས་དང་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་སྤྱོད་མོང་མེན་པའི་ཐབ་གནད་བྱུང་བར་ཅན་ཡོད་པ་རྣམས་རྗེ་  
 ཡབ་སྲས་ཀྱིས་གསལ་བར་མཛད་དུ་ཟེན་ཀྱང་ད་དུང་པལ་མོ་ཆེར་སྒྲིག་དུ་གྱུར་པ་འདྲ་སྟེ་དེའི་  
 རང་ཉགས་སུ་གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ལས་ཉོན་ཟད་པ་སྤྱོད་མོང་བའི་མྱང་འདས་དང་། བདེན་  
 སྤང་ཟད་པ་སྤྱོད་མོང་མེན་པའི་མྱང་འདས་སུ་སྤྱོད་པ་སོགས་དོན་མ་གོ་བའི་བབ་ཅལ་ཅི་ཡང་  
 སྤྱོད་པ་མཐོང་ངོ་།། དེ་ལྟར་མི་མཐུན་པ་འོང་བའི་རྩ་བའང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་མ་གྲུབ་  
 ལ་སྤྱུག་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱོད་མའི་རྩ་མྱང་བདེན་པར་བཟུང་བས་ནི་གང་དུ་སྤྱང་བའི་སྤྱུགས་དེ་ནས་  
 གཞན་དུ་སོང་བར་སྤང་བ་དོན་ལ་སྤང་ཡོད་ཀྱིས་མེད་པར་སོང་བར་ཞེན་ཅིང་། དེ་ཉིད་སྤང་  
 ཅམ་དུ་ཤེས་པས་ནི་རྩ་མྱང་གི་འཕྲོ་འོང་དེ་ཡང་སྤང་ཅམ་དུ་ཤེས་ནས་དོན་ལ་སྤྱོད་འཇིག་བྱེད་  
 པར་མི་བཟུང་ཞིང་། དེ་དང་འདྲ་བར་སྤྱུག་བསྐྱེད་དོན་ལ་ཡོད་པར་ཞེན་མ་ཞེན་གྱི་དབང་གིས་  
 གཉེན་པོས་དོན་ལ་བསལ་རྒྱུ་ཡོད་མེད་ལ་མི་མཐུན་པར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ།། དེ་ལ་དབུ་མ་བས་  
 ནི། འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད།། བཞག་པར་བྱ་བ་རྩུང་ཟད་མེད།། ཅས་བྱ་བར་འདོད་ཅིང་།  
 དངོས་སྤྱོད་བས་ནི་དེ་ལས་སྤྱོད་སྟེ་འདོད་བས། སྤྱོད་མོང་བའི་རྣམ་གཞག་བྱར་མེད་དོ།། འཁོར་  
 བ་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ལ་དེ་ལས་སྤྱོད་སྟེ་ཞེན་པ་ནི་འཁོར་བར་འཇུག་  
 པའི་རྒྱ་དང་། དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་ལ་དག་པར་སྤྱོད་པ་ནི་འཁོར་བ་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་སྟེ།  
 ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ།། ཡང་དག་མཐོང་ནས་རྣམ་པར་གྲོལ།། ཞེས་སོ།། དེས་ན་མི་  
 ལམ་གྱི་རྒྱས་སྟེ་ལམ་གྱི་མེ་བསད་ནས་དེའི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་  
 རང་བཞིན་མེད་པའི་གཉེན་པོས་རང་བཞིན་མེད་པའི་འཁོར་བ་སྤངས་ནས་དེའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
 ཐར་བར་བྱེད་པ་སྟེ། མདོར་ན་སྤང་བའི་འཁོར་བ་དང་གཉེན་པོའི་མྱང་འདས་གང་ཡང་རང་

བཞིན་གྱིས་མེད་པས་དོན་ལ་འཁོར་བ་གསར་དུ་བསལ་རྒྱ་དང་མུང་འདས་གསར་དུ་བཞག་  
རྒྱ་མེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཏེ་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱལ་བའི་ཚུལ་མི་ལམ་  
ལྟ་བུའི་ལམ་གྱིས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ལ་མུང་  
འདས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། ཡང་དག་  
མཐའ་མངོན་དུ་བྱ་བ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་བ་ཞེས་ཀྱང་བྲོ།

གསུམ་པ་ནི། འོ་ན་ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པས་ཀྱང་འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དེས་ཀྱང་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། དག་བཅོམ་མིན་  
པས་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་པ་མེད་མོད། འོན་ཏེ་མཐོང་སྟོན་གྱི་སྤང་བ་ཅི་རིགས་དང་བྲལ་  
བའི་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཡོད་པས། དེས་ན་དེ་གཉིས་མངོན་དུ་བྱ་བའི་མཆོམས་སོ་སོར་  
བྲ་སྟེ། དེའང་མཐོང་སྟོན་གྱི་སྤང་བ་ཅི་རིགས་དང་བྲལ་བའི་སྟོན་མཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པ་  
འགོག་བདེན་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆད་དང་། སྤྱི་བ་གཉིས་གང་རུང་དང་བྲལ་བའི་སྟོན་མཆོས་  
ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆད་དུ་བྲོ། འོ་ན་བྱང་སེམས་སྟོན་ལམ་  
པས་འགོག་བདེན་ནམ་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་ཐལ། དེས་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་སྟོ་  
ནས་ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་རྟོགས་སྤྱི་བ་གསུམ་མ་བྱས་པར་ཡང་  
དག་མཐའ་མངོན་དུ་མི་བྱའོ་ཞེས་གདམས་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་ལོ། ཞེ་ན་ཡང་དག་མཐའ་མ་དེ་  
བཞིན་ཉིད་ཆད་མས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཅམ་ལ་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པར་འདོག་ན་སྟོན་དེར་  
འགྱུར་ཡང་དེ་ཅམ་ལ་མི་འདོག་གོ། འོ་ན་གང་ལ་འདོག་ཅེ་ན། འདི་ལ་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་མངོན་  
དུ་བྱས་ལུགས་གཉིས་ཏེ། ཐེག་དམན་པས་ནི་ཆོས་ཅན་འཁོར་བའི་སྤང་བ་ལ་སྟོན་མཆོས་ཉིད་  
མངོན་དུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་དེ་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་ཞུགས་པའོ། ཡུན་རིང་ཅམ་དུ་ཞེ་  
ན། བསྐྱལ་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བཤད་པ་ཅམ་ལས་འདི་ཅམ་ཞེས་གསལ་བར་བཤད་པ་ཞེག་

མ་མཐོང་ངོ་།། ཐེག་ཆེན་པས་ནི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་དབལ་ཆོག་པ་དང་དེ་ལ་གོམས་པ་  
 བསྐྱིང་བའི་བྱིར་དུ་ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་གི་ཐེག་དམན་ལྟར་འཁོར་བ་སྤྱོད་བའི་དོན་དུ་  
 མིན་པས། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ལྟ་བུས་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་དེ་ལ་ཡང་  
 དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཞེས་མི་བྱའོ།། མདོར་ན་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་དང་ཉན་རང་དག་  
 བཅོམ་རྣམས་ཆོས་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་འདྲ་ཡང་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་  
 དུ་བྱས་པར་མི་འདྲ་བ་ནི་སྤར་བ་འདྲ་པ་ལྟར་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་དང་ཡུན་ཆད་  
 མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤོང་ལས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནི་བརྒྱུད་  
 སྦྱོང་པ་ལས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དབའ་སེམས་དབའ་ཆེན་པོ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་  
 དང་ལྡན་པའི་སྦྱོང་བ་ཉིད་ལ་རྟོག་མེད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་བྱའོ་སྟམ་དུ་ཡང་མི་རྟོག་ལ་མངོན་སུམ་  
 དུ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་སྟམ་དུ་མི་རྟོག་གི་ཡོངས་སུ་འདྲིས་པར་བྱའོ་སྟམ་དུ་རྟོག་གོ། །འདི་ནི་ཡོངས་  
 སུ་འདྲིས་པར་བྱ་བའི་དུས་ཡིན་ཏེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་དུས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟམ་དུ་རྟོག་ཅིང་།  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་པར་སྤྲད་ངོ་།། འོ་ན་ལུང་དེའི་མཁུག་ཐོགས་སུ། བདག་  
 གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་གཟུང་བར་ཡང་འགྱུར་ལ། མངོན་སུམ་དུ་ཡང་  
 མི་བྱའོ་སྟམ་པས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཉེ་བར་འདོགས་ཏེ།  
 ཞེས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཆོས་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་དུ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པར་གསུངས་པ་དང་།  
 ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་ལས་ཐྱོག་སྟེ་ཁས་སྤྲངས་པ་གཉིས་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། མཉམ་པར་མ་  
 བཞག་པ་ཅེས་པ་ཞི་དབྱིངས་མངོན་དུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་མ་བཞག་པའོ།། གཞན་ཡང་  
 སྤྱད་པ་ལས། བར་སྤྲང་འཕྱར་བའི་བྱ་ལ་གནས་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་གནས་པ་མ་ཡིན་ས་  
 ལ་ལྟར་མི་འགྱུར་། དེ་ལྟར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དབའ་རྣམ་ཐར་སྦྱོར་སྦྱོད་པ། ལྷ་འདས་ལ་  
 མི་རེག་མཆོན་མར་སྦྱོད་མ་ཡིན། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་སྤིད་ཞིའི་མཐའ་

ལ་མི་གནས་ཤིང་། དེའི་དབང་གིས་སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་མྱང་འདས་གང་ཡིན་མི་གནས་  
པའི་མྱང་འདས་སུ་བཤད་པས། གནས་མི་གནས་ཀྱི་དོན་ལ་དབྱད་ན། ཁ་ཅིག་ལས་ཉོན་ཆད་  
ཅམ་གྱི་མྱང་འདས་ཞི་མཐའ་དང་དེ་ལ་གནས་པ་ཞི་མཐར་ལྷུང་བའམ་གནས་པའི་དོན་ནོ་ཞེ་ན།  
དེ་ལ་དང་པོར་ལས་ཉོན་ཆད་ཅམ་གྱི་མྱང་འདས་ཡོད་མེད་ཀྱང་དབྱད་དེ། ལས་ཉོན་བཀག་ཅམ་  
གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡོད་ན་བྱུང་པ་བཀག་ཅམ་གྱི་ནམ་མཁའ་ཡོད་པར་ཐལ་བས། དེ་ལྟ་ན་བྱུང་མེད་  
ནམ་མཁའ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། ལས་ཉོན་བཀག་ཅམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་མེད་ན་ནི་ལས་ཉོན་  
ཆད་ཅམ་གྱི་མྱང་འདས་མེད་པས་དེ་ལ་གནས་པ་མི་སྲིད་དོ། གལ་ཏེ་ཉོན་སྲིབ་སྤངས་པའི་  
གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་དེའི་ཐ་སྙད་འདོགས་ན་ཡིན་དུ་རྒྱག་ཀྱང་དེ་ལ་གནས་ཞེས་པ་  
གཏན་དུ་གནས་པ་ལ་བྱེད་ན་ཉོན་རང་ཡང་དེ་ལ་མི་གནས་པར་ཐལ་ཞིང་། རེ་ཞིག་གནས་པ་  
ལ་བྱེད་ན་བྱང་སེམས་ཀྱང་དེར་གནས་ཏེ། དེས་ཆོས་ཉིད་མྱང་འདས་བར་བར་དུ་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། སྤྱད་པ་ལས་ཀྱང་། འདབ་ཆགས་མཁའ་ལ་གནས་ཀྱང་ལྷུང་བར་འགྱུར་མ་  
ཡིན། ཉ་ནི་རྒྱ་ལ་གནས་ཀྱང་འཆུབ་སྟེ་འཆི་བ་མེད། དེ་ལྟར་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དབའ་བསམ་  
གཏན་སྟོབས་དག་གིས། པ་རོལ་སོན་པ་སྟོང་གནས་མྱ་ངན་འདས་མི་འགྱུར། ཞེས་བྱང་རྒྱབ་  
སེམས་དབའ་སྟོང་ཉིད་ལ་གནས་པར་གསུངས་སོ། འོན་ཏེ་སྐབས་འདིར་འདབ་ཆགས་མཁའ་  
ལ་གནས་ཀྱང་ས་ལ་མི་ལྷུང་བའི་དཔེས་བྱང་སེམས་སྟོང་ཉིད་ལ་གནས་ཀྱང་ཞི་མཐར་མི་ལྷུང་  
བར་གསུངས་ཤིང་། བོད་དུ་བར་སྤྱང་འཕྱར་བའི་འདབ་ཆགས་ནམ་མཁའ་མི་གནས་ཤིང་སར་  
ཡང་མི་ལྷུང་བའི་དཔེས་བྱང་སེམས་སྲིད་ཞེར་མི་གནས་པར་གསུངས་པས་ཆོག་ལ་བལྟས་ན་  
འགལ་བར་དོགས་པ་དང་། ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པ། མྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་པ། ཞི་  
མཐར་ལྷུང་བ་སོགས་བྱང་སེམས་ལ་སྟོན་ནས་རྣམ་གྲངས་ལྟ་བུར་བཤད་པའང་ཡོད་ལ། ཡང་  
མཚན་བརྗོད་ལས། ཡང་དག་མཐའ་ལ་རྣམ་པར་གནས། ཞེས་དང་། དགོན་མཆོག་རྗེས་སྐྱོན་



གྱི་མདོ་ལས། རྒྱ་དན་འདས་པ་ལ་མི་གནས་པ། ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་ལ་གནས་པ། ཞེས་  
 སངས་རྒྱུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡང་དག་མཐའ་ལ་གནས་ཤིང་རྒྱ་དན་ལ་མི་གནས་པར་  
 གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྫོགས་སྒྲིན་རྒྱུང་གསུམ་བྱས་ནས་ཡང་དག་མཐའ་མདོན་དུ་བྱས་  
 པར་གསུངས་ཤིང་། རྒྱ་དན་མདོན་དུ་མི་བྱེད་པར་གསུངས་པ་དང་། སངས་རྒྱུ་འཕགས་  
 པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་མི་གནས་པའི་རྒྱ་དན་ཀྱི་དགག་བྱ་ཡ་གཅིག་དམན་པའི་རྒྱ་དན་  
 ལ་བྱེད་ན། རྒྱ་དན་སེམས་ལ་རྫོགས་སྒྲིན་རྒྱུངས་གསུམ་བྱས་པར་དམན་པའི་རྒྱ་དན་མདོན་  
 དུ་མ་བྱེད་ཅིག་གདམས་རིགས་ཀྱི་ཡང་དག་མཐའ་མདོན་སུམ་དུ་མ་བྱེད་ཅིག་གདམས་པ་དོན་  
 མེད་དུ་ཐལ་བ་སོགས་གཞུང་མང་པོ་གྲུང་བསྒྲིགས་ནས་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་ན་དོགས་པ་མཐའ་གྲས་  
 པས་བདག་ལྟ་བུས་ནི་ཕྱོགས་ཅམ་ཡང་དབྱེད་པར་མི་ཁུས་ལ། དེར་མ་བད་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་གྲང་  
 ཡང་དག་མཐའ་མདོན་དུ་བྱེད་ལུགས་མཐའ་ཆོད་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཐབ་གནད་ཆེ་ཤོས་  
 སུ་གཟེགས་པར་གདོན་མི་བ་པས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པའི་འོས་སོ།

གཉིས་པ་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། ཅ་བ་ལས། ཚུལ་དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་འགྲོ་ཀྱན་  
 ལ། བྱམས་སྒྲིང་རྗེའི་འདུག་པ་རྒྱན་མི་འཆད། སྒྲོང་རྟེན་འབྱུང་འགལ་མེད་གྲོགས་ཡིན་  
 བྱིང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་སྒྲིང་བ་ཞིབ་མོར་མཛོད། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་བྱམས་སྒྲིང་རྗེས་  
 ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འདུག་པ་ནི་རྟེན་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་ཅིང་། སྒྲོང་  
 པ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་ལས་འབྲས་བྱེད་དུ་གསོད་མི་རིགས་པ་ནི་རྟེན་པ་བཞི་པས་བསྟན་  
 ལ། གསུམ་པས་ནི་དེའི་རྒྱ་མཆན་བསྟན་ཏོ། འོ་ན་སྒྲོང་རྟེན་འབྱུང་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འགྲོ་  
 ལུགས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དོན་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི། རང་ངོས་  
 ནས་སམ་རང་དབང་གིས་མེད་ན་གཞན་ངོས་ནས་སམ་གཞན་དབང་དུ་ཡོད་པ་ལས་མི་འདའ་  
 པས་སྒྲོང་བ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་། གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ནའང་རང་ངོས་ནས་

སམ་རང་དབང་གིས་མ་གྲུབ་པས་རྟེན་འབྲེལ་སྟོང་པའི་དོན་དུ་ཡང་འགྲོ་ལ། གློའི་འཆར་ཚུལ་  
ལ་སྟོས་ཏེ་དོན་གཅིག་དུ་འགྲོ་ལུགས་ནི། རང་ངོས་ནས་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ན་གཞན་ངོས་ནས་  
རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པར་གོ་ཞིང་། གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པ་ན་རང་རང་དབང་གིས་  
མེད་པར་གོ་བས་ངེས་ཤེས་གཉིས་ཀྱང་པན་ཚུན་གྲོགས་སུ་འགྲོ་ལོ། འདི་ནི་ངོ་མཆར་ཆེ་བའི་  
གནས་སུ་འང་གསུངས་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། འདི་ཀྱན་ངོ་བོས་སྟོང་བ་དང་། འདི་  
ལས་འདི་འབྲས་འབྱུང་བ་ཡི། རེས་པ་གཉིས་པོ་པན་ཚུན་དུ། གོགས་མེད་པར་ནི་གྲོགས་  
བྱེད་པ། འདི་ལས་ངོ་མཆར་གྱུར་བ་དང་། འདི་ལས་ཆད་དུ་བྱུང་བ་གང་། ཞེས་སོ། འ་  
ན་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེའི་ངོ་བོ་གང་ཞེ་ན། མདོ་ལས། གཞན་ཡང་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་ཡིན་  
ལ་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་འང་མ་ཡིན་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་འང་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དེ། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་དང་  
སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་དོ། ཉན་  
ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་བྱ་བ་འདི་ནི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་ཡིན་གྱི་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་  
དང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་ནོ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡོངས་  
སུ་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་  
དམིགས་རྣམ་ཡང་འདིས་མཆོཅ་ནས་བསྟན་ཏོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་  
པོ་ཉན་རང་ལ་ཡོད་པར་སྤྱོད་པ་དང་ཉན་རང་གི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ་མ་དམིགས་པར་བཞེད་པ་རྣམས་མདོ་འདིས་གསལ་བར་བཀག་འདུག་པས། རང་ལུགས་  
ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ལྷན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་  
བདག་གིས་བྱའོ་སྟུང་པའི་བསམ་པ་ལ་རིམ་བཞིན་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་དང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོར་  
འཇོག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་སྤྱད་འདོད་དང་སྤྱག་བསྐྱུལ་དང་བྲལ་འདོད་ཙམ་

ལ་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་དང་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོར་མི་འདོད་དོ། འོ་ན་བྱམས་དང་སྙིང་རྩེ་དགོས་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་ནི་གང་། བསྐྱེད་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་སྙིང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་  
 གཅིག་ཤུས་སངས་རྒྱས་སུ་མི་བཟོད་པས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་མི་  
 རུང་ཞིང་། དེ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྩེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བས་བྱམས་སྙིང་རྩེ་ནི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གང་ལ་གནས་པའི་གཞི་དང་རྟེན་དམ་པའོ། བསྐྱེད་ཚུལ་ནི་སྤྱིར་འབྲས་བུ་  
 གང་ཡིན་རྒྱུའི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པས་ན་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ལ་  
 འབད་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲོན་མེ་སྒྲོར་ན་སྒྲོན་འོད་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་ཞིང་། གཞན་དུ་ན་  
 སྒྲོན་འོད་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པ་བཞིན་དུ་གང་དང་གང་གི་འང་རྒྱ་ཆོག་མ་ཆང་ན་དེ་དང་དེ་  
 ངང་གིས་སྦྱེ་ཞིང་། གཞན་དུ་སྦྱེ་བའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་མར་མེ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱང་  
 བ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤེས་པས་ནི་སྤྱང་བ་འདོད་པ་ན་མར་མེ་སྤྱར་ཞིང་མི་འདོད་པའི་ཆེ་མར་  
 མེ་གསོད་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་དགེ་བ་འདོད་ཅམ་ནས་དགེ་བ་ལ་ངང་གིས་འཇུག་ཅིང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ལ་མི་འདོད་པར་བྱུང་བ་ན་སྤྲིག་ལྟར་ལ་ངང་གིས་འཇེམ་པ་ཞིག་འོང་རྒྱ་ལ། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་དགེ་སྤྲིག་གི་ཆུང་དོར་གོ་ལོག་ཏུ་སྤྱད་པ་ནི་འབྲས་  
 བུ་བདེ་སྤྱག་གཉིས་དང་རྒྱ་དགེ་སྤྲིག་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མི་ཤེས་པས་ནོངས་སོ། དེའི་ཕྱིར་  
 རྒྱ་ལ་རང་བཞིན་རི་སྟེང་ཅིག །མེད་ན་མི་འབྱུང་འབྲས་བུ་ནི། གཏན་ཆོག་མ་ཞེས་གསུངས་  
 ཏེ་འབྲས་བུ་བདེ་སྤྱག་གཉིས་ནི་རྒྱ་དགེ་སྤྲིག་གཉིས་དང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་བྱུབ་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་གཉིས་གོ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆོག་སུ་འབྱུར་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་སྤྱིར་འབྲས་  
 བུ་རྒྱུའི་རྩེས་སུ་འབྲང་ན་བྲེ་བྲག་བྱང་ཆུབ་རྒྱུའི་རྩེས་སུ་འབྲང་བར་སྒྲོས་མ་དགོས་པས་རང་  
 གོ་རྒྱ་ཆོག་མ་ཡོད་ན་ཡོད་ཅིང་མེད་ན་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་སྤྱོད་མེད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་ནི་  
 རང་རྒྱ་ཆོག་མ་གཉིས་ཉམས་ལེན་ཀྱི་བཙོན་འབྲས་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་པས་ཐོག་མ་ཉིད་

དུ་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་བཅོས་མིན་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་སོ།། མཐའི་འབྲས་བྱའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་ཐོག་མའི་རྒྱུ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་མེད་མི་  
རུང་དུ་དགོས་པར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཉིད་དོ།། འོན་ཀྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་འདུན་  
པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་ནི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་དད་པ་ལས་སྐྱེ་སྟེ། དཔེར་ན་  
ཁ་ཟས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ན་དེ་ལ་ཟ་འདོད་སྐྱེ་བ་བཞིན་དུ་གང་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་མཐོང་  
བའི་དད་པ་ཡོད་ན་དེ་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ངང་གིས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དོ།། དེའི་ཕྱིར་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་དད་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱེད་  
ཀྱི་རྒྱའི་ཅ་བ་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་དད་པ་བརྟན་པོ་ཡོད་  
ན་དེས་འདུན་པ་ལྷགས་བྲག་བྲངས་ནས་དེའི་དབང་གིས་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་ངང་གིས་  
ཞུགས་ནས་བྱང་ཚུབ་བདེ་ལྷག་ཉིད་དུ་ཐོབ་ཀྱི། གཞན་དུ་དད་པ་མེད་ན་འདུན་པ་མི་འོང་འདུན་  
པ་མེད་ན་རྩྱལ་བ་མི་འོང་བས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པའི་སྐབས་མེད་དོ།། རིགས་པ་འདི་ནི་དགེ་བའི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲ་བས་དད་པ་དཀར་ཆོས་ཀྱན་གྱི་གཞིར་བསྐྱགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་  
ཉིད་དོ།། དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་དཀོན་མཆོག་བཅེགས་པ་ལས། ཆོས་རྣམས་ཐམས་  
ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། འདུན་པའི་ཅ་ལ་རབ་དུ་གནས། ཞེས་སོ།། དེ་ལྟར་དད་འདུན་བཙོན་  
འབྲས་གསུམ་ལྷ་ཕྱིར་རྒྱ་འབྲས་སུ་དགོངས་ནས་གོ་རིམས་མཐར་ཆགས་སུ་བསྟན་པ་ཤིན་ཏུ་  
མངས་ཤིང་། དབྲས་མཐའ་ལས་ཀྱང་། གནས་དང་དེ་ལ་གནས་པ་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་  
དུ་འོ། ཞེས་དང་། སྐྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། དགེ་བའི་ཕྱོགས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ཅ་བ་མོས་  
པར་ཐུབ་པས་གསུངས། དེ་ཡི་ཅ་བ་རྟག་དུ་ནི། རྣམ་སྤྲིན་འབྲས་བུ་བསྐྱོམས་པས་སོ། ཞེས་  
གསུངས་ཏེ་གཞན་ཡང་མང་དོ།། འདི་དག་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་  
དཔེ་དང་སྦྱར་ན། བོང་བྱ་ལྟ་བུ་ཡང་གཡང་སའི་ཉེས་པ་མཐོང་བ་ན་དེ་ལས་ཁྱོལ་ཞིང་རྩ་ལྡང་

གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ན་དེ་ལ་འབྲུག་པ་ནི་དད་འདུན་བཙུན་གསུམ་སྒྲ་ཕྱིར་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་གི་འབྲེལ་བ་འབྲུབ་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ན་དེ་ལ་དད་ཅིང་དེས་ཟ་འདོད་ལངས་ནས་བཟའ་བའི་དོན་དུ་འགྲོ་འོང་སོགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་བྲུས་ཅིང་། གཡང་སའི་ཉེས་པ་མཐོང་བ་ན་དེ་ལ་དད་པ་སྒྲིག་ཅིང་དེ་ལོག་པས་དེ་ལ་ཞུགས་འདོད་ལོག་ནས་ཞུགས་པའི་སྒྲུང་བ་ལོག་པ་ཡིན་ནོ། དེས་མཆོན་ནས་གཞན་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། དེ་ལྟར་བྲུས་ན་ཐོབ་བྱའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པ་སྒྲུང་བྲུས་དུ་སོང་བ་ནི་དེའི་དོན་དུ་ཚྭ་ལ་བ་བྲུགས་ཆེ་ཆུང་གིས་བྲུས་ལ། དེ་ནི་འདུན་པ་བྲུགས་ཆེ་ཆུང་གིས་བྲུས་ཤིང་། དེ་ནི་དད་པ་ཆེ་ཆུང་གིས་བྲུས་པས། རི་ཅམ་དུ་དད་པ་ཆེ་བ་དེ་ཅམ་དུ་ཐོབ་བྱའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་རི་ཅམ་དུ་སངས་རྒྱས་སྒྲུང་དུ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ནི་དེ་ཅམ་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་སྟེ་དད་པ་བྲུགས་ཐག་བསྐྱེད་པ་ནི་མན་ངག་གོ། དེ་ལྟར་བྲུང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ནི་བྲུང་ཆུབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་དད་པ་ལས་སྐྱེ་ན་གཞན་དོན་འདུན་པ་གང་ལས་སྐྱེ་སྟམ་ན། དེ་ལ་གཞན་དོན་ནི་གཞན་གྱི་ཐོབ་བྲུང་གྲུང་པའི་བྲུང་འདས་ཏེ་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་འགོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་ནི་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པའོ། དེ་ལྟར་བྲུས་ན་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་ཤས་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིང་རྗེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ལས་བསྐྱེད་པའི་ཁྱར་རང་ལ་འབབ་པའི་ཆུལ་ཤེས་པའི་སྒྲོ་གཉིས་ནི་གཞན་དོན་འདུན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཤེས་སོ། འདི་དང་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་ནང་ཚན་ལྷག་བསམ་གཉིས་གནད་གཅིག་པས་བྱིན་གཟོའི་བསམ་པ་ནི་སྤྱིང་རྗེ་དང་སྤྱག་བསམ་གྱི་བར་དུ་འབྲུག་ན་འབྲེལ་ཆེ་བར་མཐོང་ངོ་། རི་ལྟར་ཞེ་ན། འགའ་ཞིག་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལས་བསྐྱེད་འདོད་མི་སྐྱེ་བ་ནི་ཁྱར་དེ་རང་ལ་འབབ་པའི་ཆུལ་མ་བསམ་པས་ལན་ནོ། དེ་ལྟར་སྤྱག་བསམ་མམ་གཞན་དོན་འདུན་པའི་རྒྱ་ནི་སྤྱིང་རྗེ་དང་བྱིན་གཟོ་གཉིས་

ཡིན་ན་འོན་སྟེང་རྗེ་རྒྱ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་སེམས་ཅན་ཡིད་འོང་དུ་མཐོང་བའི་བྱམས་པ་  
དང་སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་རི་ལྷོ་མན་པའི་ཚུལ་ཤེས་པའི་བསམ་པ་སྟེ། རྒྱ་ནི་ལམ་རིམ་དུ་རྒྱས་  
པར་འབྱུང་བས་དེར་བལྟའོ། དེ་ལ་ཡིད་འོང་གང་གིས་རྒྱབ་པ་ལ་ལུགས་གཉིས་ཏེ། གཅིག་  
ནི་བྱམས་པ་ནས་ཐོགས་མེད་ལ་བརྒྱད་པ་ལྷོ་མར་ཤེས་པ་དང་ཐོན་ཐན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ནས་  
བསྐྱབ་ལ། ཅིག་ཤོས་ནི་འཇམ་དབྱངས་ནས་ཞི་ལྷོ་མར་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་ལྷོ་གཅེས་འཛིན་  
གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ཡོན་སེམས་པའི་སྟོན་སྐྱབ་པའོ། སྟེང་རྗེ་རྒྱ་བྱི་མ་ནི་སྤྱག་བདེན་འཁོར་  
བའི་ཉེས་དམིགས་དང་ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པའི་སྟོན་སྐྱབ་དགོས་  
ལ། དེའང་སྟོན་དུ་རང་སྟེང་དུ་བསམས་ཏེ་སྤྱག་བསྐུལ་ལས་ཡིད་འབྱུང་ཞིག་དགོས་སོ། དེའི་  
ཚུལ་ཡང་ཆོར་བའི་སྤྱག་བསྐུལ་དང་འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐུལ་གཉིས་ལས་ཡིད་འབྱུང་བ་ནི་རིམ་  
བཞེན་དུད་འགོ་དང་བྱི་རོལ་པ་ལའང་ཡོད་པས་དེ་ཙམ་གྱིས་སྤྱག་བསྐུལ་ཤེས་པར་འཛོག་མི་  
ལུས་སོ། འོན་སྤྱག་བསྐུལ་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་གང་ལ་དགོངས་ཤེ་ན། འདུ་བྱེད་  
ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་དགོངས་ཏེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་དགོངས་ནས། སྤྱག་  
བསྐུལ་བསྐྱོམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན། ཞེས་སོ། སྤྱག་བསྐུལ་དེ་ཤེས་པར་བྱེད་ལུགས་མི་རྟག་  
པའི་སྟོན་ཤེས་པར་བྱེད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། དེ་བྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྱག་བསྐུལ། སྤྱག་བསྐུལ་  
ལས་ནི་བདག་མེད་གསུངས། ཞེས་སོ། འོན་མི་རྟག་པའི་སྟོན་སྤྱག་བསྐུལ་དུ་རི་ལྷོ་  
ཤེས་པར་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་ལ་མཁས་དབང་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་ཞལ་ཆེམས་སུ།

སྟེང་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐུལ་རྒྱབ་ལུགས་དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་  
བསྐུལ་རྒྱབ་ལུགས་འདི་རི་འབྲ་ཞིག་གམ་སྟམ་དུ་མི་ཆེ་རིལ་སོར་དབྱེད་ཀྱང་འདི་འབྲ་ཞིག་  
གམ་སྟམ་དུ་སྟེ་ཙམ་ཡང་འཆར་རྒྱ་མ་བྱུང་བས། དོན་འདི་ལ་ཁོ་སོས་ནི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་ཉི་  
མ་ལྟ་ཞིག་ཉེས་བཤད་ཀྱི་སྐྱེད་ངས་ཙམ་ཡང་རྫོ་མི་ཐོགས་པ་གང་འབས་བྱིས་ཀྱི་སྟོན་ལྟན་དག་



གིས་ལེགས་བཤད་གསར་བའི་དགའ་སྟོན་སྤེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་གསུངས་གདའ་  
 བས་དགོངས་པ་རྫོགས་ཐབས་སུ་བསམས་ཏེ་ཅུང་ཟད་རྒྱས་ཅམ་ཞིག་བྱར་དུ་བྲིས་ཡོད་ཅིང་།  
 མདོ་ཅམ་བཛོད་ན། འདིར་སྤྱག་བདེན་གྱི་ནམ་པ་བཞིའི་ནང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་ཆོར་བའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་ཅམ་མིན་གྱི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་འབྱུང་བའི་གནས་ལ་བྱ་བར་གསུང་རབ་གྱི་  
 དགོངས་པའོ།། དེའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པའི་སློན་ནས་སྤྱག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡང་ཡིད་འབྱུང་བའི་  
 གནས་སུ་བསྐྱབ་པའོ།། གསོན་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ་བུ་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་བའི་རྟག་པ་ཡིན་  
 ན་དེ་དགའ་བར་འོས་ཀྱང་རྟག་མི་བྱུང་བར་ཅི་ནས་ཀྱང་འཆི་བར་འབྱུང་བས་དེ་ལ་དགའ་བར་  
 མི་འོས་སོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་རྟག་པའི་སློན་ནས་སྤྱག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་ལུགས་སོ།། འདིས་  
 མཆོན་ནས་གཞོན་པའི་གནས་སྐབས་ཤིས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་གཞོན་པ་སྤྱག་  
 བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། འཁྱོར་བའི་གནས་སྐབས་མི་གནས་པར་བྱུང་བར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་  
 མཆན་གྱིས་འཁྱོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་པ་སོགས་མདོར་ན། གང་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་  
 དེ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་སྤྱག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབས་ནས་ཆགས་ཞེན་གཅོད་པ་  
 གནད་གྱི་དོན་པོའོ།། སྐྱེ་མཐར་འཆི་བའི་རྒྱལ་བསམ་པ་ན་ཡིད་འབྱུང་ཅུང་ཟད་སྐྱེ་སྤྱེ། དེ་ནི་  
 མི་རྟག་རགས་པས་སྤྱག་བསྐལ་རྒྱུ་དུ་སློ་ཡུལ་དུ་མཆོན་པས་བྱས་ལ། སྐྱེ་མཐར་འཆི་བར་  
 མ་ཟད་ད་ལྟ་ནས་སྐད་ཅིག་འབྱུང་སྟོག་བྱས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་འཆི་བ་ལ་རེ་ཉེར་འགོ་བའི་ངང་  
 རྒྱལ་བསམ་ན་ཡིད་འབྱུང་བྱགས་བྱག་པོ་སྐྱེ་ལ། དེ་ནི་མི་རྟག་སྤྱོད་སྤྱག་བསྐལ་ཆེན་པོ་སློ་  
 ཡུལ་དུ་མཆོན་པས་བྱས་སོ།། སྤྱོད་རགས་གཉིས་གཉིས་སྦྱར་བའི་རིགས་པ་འདི་ནི་འཁྱོར་བའི་  
 ཐ་མར་བྱུང་པ་དང་། འདྲ་བའི་ཐ་མར་འབྲལ་བ་སོགས་གཞན་ལའང་སྦྱར་བར་བྱའོ།། ཞིབ་ཏུ་  
 བརྟགས་ན་སྐྱེ་འཆིའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་རྒྱལ་བསམས་ཏེ་སྐྱེ་བའང་མི་རྟག་པའི་སློན་ནས་  
 སྤྱག་བསྐལ་དུ་སེམས་ལུགས་སུ་གདའ་བས། མདོར་ན་འཁོར་བར་ཡིད་བརྟན་མི་བྱུང་བའི་

ཚུལ་ལས་བརྒྱུ་མཁས་ཏེ་རི་སྟེང་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྤྱག་  
བསྐྱེད་དུ་གསུང་གདའ་བ་ལ་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱབ་ལུགས་མི་ཤེས་པ་ནི་ངོ་མཆར་  
བ་ཞིག་གོ། མདོ་བསྟན་བཅོས་སྤྱ་མི་རྟག་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་པའི་དགོས་པ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
མཆོན་གྱིད་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་པས་མི་ཆེ་རིལ་པོ་མི་རྟག་པ་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་ཀྱང་འདྲས་  
བྱས་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་མི་ཤེས་པ་ནི་ཐོས་བསམ་གནད་དུ་མ་སོང་བའི་རྟགས་སོ། གོང་དུ་བཤད་  
པ་ལྟར་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱབ་ལུགས་ཤེས་ན། ཆོག་གི་གཏམ་ལས། མར་མེ་རིང་དུ་  
འབར་བ་དག །སྐད་ཅིག་རེ་རེས་འཛིག་པ་ལྟར། །འདུ་བྱེད་ཡོངས་འགྱུར་ཞེས་པ་ཡི། སྤྱག་  
བསྐྱེད་དག་གིས་ཉེ་བར་གཅོས། །ཞེས་དང་། འདུག་འབྲེལ་ལས། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་འཛིག་  
པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་དང་ཞེས་གསུངས་པ་ལའང་ངེས་པ་སྟོར་བར་  
འགྱུར་རོ། འོ་ན་མི་རྟག་པ་གང་ལས་ཤེས་ཤེ་ན། དེ་ནི་བྱས་པ་ལས་ཤེས་ཏེ། གང་འདུ་བྱས་  
པ་ནི་མི་རྟག་པའོ། གང་མི་རྟག་པ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལོ། ཞེས་མདོ་བསྟན་བཅོས་སྤྱ་ལན་དུ་  
མར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལ་སྟེ་འགག་གཉིས་ནི་རིམ་བཞིན་བྱས་མི་རྟག་གི་ངོ་བོ་ཡིན་  
པས་སྟེ་བས་འགག་པར་མཆོན་པ་ནི་བྱས་པས་མི་རྟག་པར་མཆོན་པ་སྟེ། མདོ་ལས། གང་  
ཅུང་ཟད་སྟེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་འགག་པའི་ཆོས་ཅན་ནོ། ཞེས་སོ། སྟེ་བས་  
འགག་པར་མཆོན་ལུགས་ནི། རྫོང་པ་ཡར་ལ་འཕངས་ན་ངེས་པར་མར་ལ་ལྟང་བ་ལྟར་དང་པོར་  
ཚུར་ལ་སྟེ་ན་ཐ་མར་པར་ལ་འགགས་པར་ངེས་པས་ཚུར་ལ་སྟེས་པ་ཉིད་པར་ལ་འགགས་པའི་  
གོ་བྱེད་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནོ། སྟེ་བ་རང་ཆས་སྤྱ་འགག་པ་དང་འབྲེལ་བར་དགོངས་ནས་ལྟར་སྟེ་  
བ་དང་འཆི་བ་གཉིས་ནི་རིམ་བཞིན་བཟུང་གིས་མ་དང་སྒྲ་ནག་མའི་དཔེས་གསུངས་ཏེ། དེའང་  
བཟུང་གིས་མའི་རྩེས་ལ་སྒྲ་ནག་མ་གདོན་མི་ཟ་བར་འོང་བས། བཟུང་གིས་བྱུང་བར་དགའ་ལ་སྒྲ་  
ནག་བྱུང་བར་མི་དགའ་བར་བྱས་པ་ནི་ཆེས་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་སྟེ་བའི་རྩེས་སྤྱ་འཆི་བ་ལས་མ་

འདས་པས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པར་དགའ་ལ་འཆི་བར་མི་དགའ་བ་ནི་ཆེས་སྒྲུབ་པར་གསུངས་སོ། འདི་  
ནི་དང་པོར་འདྲུ་བར་དགའ་ལ་ཐ་མར་འབྲལ་བར་མི་དགའ་བ་སོགས་ལའང་འབྲུ་བས་སྲིད་པའི་  
ཕུན་ཚོགས་གང་དང་གང་རྒྱུང་ཡང་བཟུ་ཤིས་མ་དང་འབྲུ་ཞིང་། དེ་དང་དེའི་རྗེས་ལ་སྒྲུབ་ནག་  
མའི་ཚོད་ཀྱི་རྒྱད་པ་རེ་རེས་པར་དུ་འོང་བས་དང་པོར་ཕུན་སྒྲུབ་ཚོགས་པར་དགའ་ན་ཕྱིས་  
རྒྱད་པ་ལ་མི་དགའ་བར་བྱར་མེད་ཅིང་། ཅིས་ཀྱང་ཕྱིས་རྒྱད་པ་ལ་མི་དགའ་ན་དང་པོར་ཕུན་  
སྒྲུབ་ཚོགས་པ་ལའང་དགའ་བར་མི་འོས་སོ། དེའི་ཕྱིར་ཐ་མར་རྒྱད་པ་ནི་དུ་བར་བྱ་བའི་འོས་  
ཡིན་པས་ཐོག་མར་ཕུན་སྒྲུབ་ཚོགས་པ་ལའང་དུ་བར་འོས་ཀྱི་དགའ་བར་མི་འོས་སོ། འདི་  
ལ་དགོངས་ནས་བྲན་བ་ཉེར་བཞག་ལས། གྲེ་མ་འདོད་པས་ཚོངས་པའི་ལྷ། དུ་བར་འོས་ལ་  
དགའ་བར་བྱེད། ཅིས་གསུངས་ཏེ་མི་ལའང་འདོན་ནོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྲིད་འཁྱོར་འབྱུང་ན་  
དགའ་ལ་ཉམས་ན་མི་དགའ་བ་ནི་བྱས་མི་རྟག་གི་འབྲེལ་བ་མི་ཤེས་པའི་རྟགས་ཏེ། དེ་ཤེས་ན་  
དང་པོར་འཁྱོར་བ་ཕྱིས་རྒྱད་པ་དང་འབྲེལ་བར་མཐོང་སྟེ་སྲིད་འཁྱོར་འབྱུང་བ་ལ་མི་དགའ་བར་  
འགྱུར་གྱི་དགའ་བར་མི་འགྱུར་རོ། དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས། འདྲུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་  
རྟག་སྟེ། ཇི་ཅམ་སྐྱེ་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བཅས། ཞེས་སྲིད་འཁྱོར་ཇི་ཅམ་དུ་སྐྱེ་བ་དེ་ཅམ་དུ་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་བར་གསུངས་སོ། འདི་དང་མཐུན་པར་རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་ནས། ང་ལ་གཞན་གྱིས་  
རྟེན་བཀྱར་སྟོབ་པ་དང་སྟན་བཟང་པོ་བཤམས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་ཅིང་  
མི་བརྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་ནོ་སྟེ་ལྷ་དུ་སྐྱེ་གས་མནན་པས་མི་ནོན་པ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་  
སྐྱེ་བ་ཞིག་དང་པོ་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་ཅིས་གསུངས་ཏེ་བྱས་མི་རྟག་གི་འབྲེལ་བ་ཤེས་ན་དེ་  
འབྲུ་ཞིག་འོང་ཆོད་དོ། དེའང་བྱས་པ་མི་རྟག་པ་དང་འབྲེལ་ཞིང་དེ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་འབྲེལ་བར་  
ཤེས་ན་རྟེན་བཀྱར་སོགས་སྐྱེས་པར་མཐོང་བའི་ཆེ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་ཅིང་མི་བརྟན་  
པས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལོ་སྟེ་དུ་ཞེན་པ་ངང་གིས་ལྟོག་ཅིང་གལ་ཏེ་སྐྱེ་འཇིག་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གསུམ་

གྱི་འབྲེལ་བ་མི་ཤེས་ན་རྟེན་བཀྱར་སོགས་བྱུང་བ་ན་དེ་དག་རྟག་པར་བཟུང་ནས་བདེ་བར་སྒོམ་  
སྟེ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པར་འགྱུར་བ་ནི་སྤྱིར་བས་ཀྱང་ཤེས་སོ།། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་བྱས་ན་མི་རྟག་  
པས་བྱུང་བས་སྟེ་བ་འཇིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ནི་དེ་ལྟ་ཡིན་མོད་འོན་ཏེ་མི་རྟག་པ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
དང་འབྲེལ་བ་ནི་རིམ་རིགས་སྟམ་ན། སོམ་ཉི་འདིས་བསྐྱེལ་ནས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་  
ནི་མི་རྟག་པའོ།། གང་མི་རྟག་པ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལོ།། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱེལ་དུ་  
སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་ཅི་བྱ་གཏོལ་བལ་དུ་སོང་བའི་རྟོག་གི་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་། དེ་  
དག་གི་ངོར་བྱས་ནས་འདི་ལ་དམིགས་གྱིས་བཀར་བའི་དོགས་པ་བཅད་པའང་མ་བྱུང་བར་  
སྤང་། འོན་ཏེ་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་རིམ་རིགས་པ་ནི་བྱུང་སོགས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་  
རྟག་པར་བཟུང་ནས་བདེ་བར་མཐོང་སྟེ་ཆགས་ནས་འཁོར་བར་འཇུག་པ་ཡིན་གྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་  
ཆོས་རྣམས་ལ་དེ་ལྟ་མིན་པས་བྱས་མི་རྟག་གི་སྟོན་སྤྱག་བསྐྱེལ་དུ་བསྐྱབ་པའི་གཞིའི་གཙོ་  
བོ་ཡང་ཟག་བཅས་དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་གང་ལ་ཆགས་པའི་གཞི་རྣམས་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་ན་  
མདོའི་དོན་ཡང་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་འགགས་པས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་  
ངས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཆོག་དང་དོན་གང་ལའང་སྟོན་མི་འཇུག་པས་འཐད་དམ་སྟམ་སོ།།

གསུམ་པ་མཇུག་གི་དོན་ལ་གསུམ། གཞུང་བཅམས་པ་སྒྲ་མའི་དིན་དུ་བསྟན་པ།  
བཅམས་པའི་དགོ་བ་བསྟོ་བ། ཚུམ་པ་པོ་གང་གིས་བཅམས་པའོ།། དང་པོ་ནི། མི་བདག་ལ་  
ཉམས་སྤྱིར་མ་འཆིས་མོད།། པ་སྒྲ་མའི་རྗེས་བཟུང་བྱིན་རྒྱལ་མཐུས།། མཆོན་བསྐྱེལ་པ་རྒྱ་  
མཆོར་ཐོས་དཀའ་བའོ།། ལམ་དབུ་མ་བསྟོན་རྒྱལ་གསལ་བར་སྟེལ།། ཞེས་པ་སྟེ། གཞན་ནི་གོ་  
བར་ཐད་ལ། རྒྱུ་པ་གསུམ་པས་ནི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་གཏམ་ཐོས་དཀའ་ཞིང་ཐོས་ན་པན་ཡོན་ཆེས་  
པར་ཡང་དོན་གྱིས་བསྟན་ཏོ།། དེའང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་ཅམ་ཐོས་ནས་མོས་མཐོ་ཅམ་བྱས་ནའང་  
པན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་སྟེ། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། གང་ཞིག་བྱང་རྒྱུ་དོན་དུ་གཉེར་བས་

གསེར་ཞིང་ནོར་བུས་སྤྲུམ་པ་ནི། སངས་རྒྱལ་ཞིང་རྩལ་མཉམ་པ་ཉིན་རེ་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་  
 ཏྲག་འབུལ་ན། གཞན་གང་འདི་ལས་ཆེ་ག་ཅམ་ཐོས་ཤིང་ཐོས་ནས་ཀྱང་ནི་མོས་ན་འདི། སྤྱིན་  
 པ་ལས་བྱུང་དགེ་བ་དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་ཐོབ་པར་འགྱུར། གློ་ལྡན་གང་ཞིག་གླ་  
 མེད་བྱང་ཚུབ་འདོད་པས་བསྐྱལ་བ་དུ་མར་ཡང་། ལུས་ངག་ཡིད་གྲིས་འབད་བ་མེད་པར་ཚུལ་  
 གྲིམས་བྲི་མེད་སྤྱང་བྱེད་ལ། གཞན་གང་འདི་ལས་ཆེ་ག་ཅམ་ཐོས་ཤིང་ཐོས་ནས་ཀྱང་ནི་མོས་  
 ན་འདི། ཚུལ་གྲིམས་ལས་བྱུང་དགེ་བ་དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་ཐོབ་པར་འགྱུར། གང་  
 ཞིག་འདི་ན་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་མི་འཛིལ་བསམ་གཏན་ནི། ལྷ་དང་ཆངས་གནས་  
 མཐར་མོན་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་འཕོ་མེད་ཐབས་བསྐྱེམས་ལ། གཞན་གང་འདི་ལས་ཆེ་ག་  
 ཅམ་ཐོས་ཤིང་ཐོས་ནས་ཀྱང་ནི་མོས་ན་འདི། བསམ་གཏན་ལས་བྱུང་དགེ་བ་དེ་ལས་བསོད་  
 ནམས་ཆེས་མང་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། རོན་མ་གོ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ག་  
 ཐོས་ནས་ལེགས་སོ་སྤྲུམ་པ་ལྟ་བུའི་མོས་པ་ཅམ་བྱས་པ་ལའང་བསོད་ནམས་དེ་ཅམ་ཐོབ་ན་  
 སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རོན་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་བྲིས་པ་དང་སྟོག་ཅིང་ཁ་ཏོན་བྱས་པ་སོགས་ལ་ལྟ་ཅི་  
 སྟོས་པར་བྱུང་གིས་བསྟན་ཏོ། འོ་ན་ཐོས་ནས་མོས་ན་བསོད་ནམས་དེ་སྟེད་ཐོབ་པ་བདེན་མོད་  
 ཐོས་ནས་མ་མོས་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ཅམ་ལ་ནི་མན་ཡོན་ཅང་ཡོད་དམ་སྤྲུམ་ན།  
 དེ་ཅམ་ལའང་པན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་དེ། རོ་རྩེ་གཙོད་པ་ལས། སྤྱིས་པའམ་བྱད་མེད་  
 གང་ཞིག་སྤྱོད་ཤིང་དུས་ཀྱི་ཆེ་ལུས་གཏུམ་སྤྱང་གི་བྲེ་མ་སྟེད་ཡོངས་སུ་གཏོང་ལ། བྱེད་ཀྱི་དུས་  
 དང་། བྱེད་ཤིང་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཡང་ལུས་གཏུམ་སྤྱང་གི་བྲེ་མ་སྟེད་ཡོངས་སུ་གཏོང་སྟེ། རྣམ་གྲངས་  
 འདི་ལྟ་བུར་བསྐྱལ་བ་བྲེ་བ་སྤྲུམ་གྲིག་འབུམ་སྤྲུམ་པར་ལུས་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་བས། གང་  
 གིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་ཐོས་ནས་མ་སྟོང་ན་དེ་ཉིད་གཞི་དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་  
 དུ་གྲངས་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱེད་ན། གང་གིས་ཡི་གེར་བྲིས་ནས་ལེན་པ་དང་། འཛིན་པ་

དང་། འཆང་བ་དང་། གློག་པ་དང་། ཀུན་ཚུབ་པར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་དག་ལ་རྒྱ་ཆེར་ཡང་  
དག་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། བྱིར་སྔོང་བ་ནི་འདིས་ཅི་བྱ་ཞེས་  
སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ལྟ་བུ་རོ། དེས་ན་ཐོས་ནས་སྐྱར་བ་མ་བཏབ་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་  
ཙམ་ལའང་བསོད་ནམས་དེ་སྟེང་ཅིག་ཐོབ་པར་གསུངས་ཏེ་སྐྱ་རི་བཞེན་པ་རོ། འོ་ན་ཐོས་ནས་  
སྐྱར་བ་བཏབ་པས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྤྱད་པ་ལས། ཐོས་ནས་སྔོ་རྒྱུད་དེ་ཡིས་འདི་ནི་སྔོང་བྱེད་  
དེ། སྤངས་ནས་སྐྱབས་མེད་གྱུར་པ་དེ་ནི་མནར་མེད་འགྲོ་། ཞེས་པ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བ་ལས་  
གཞན་མེད་དོ། དེ་ལྟར་ནའང་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་གྱིས། འཁོར་བ་ལས་སྐྱར་དུ་གྲོལ་བས་སྔོང་  
ཉིད་ཀྱི་གཏམ་མ་ཐོས་པར་བདེ་འགྱོར་སྟེ་བ་ལས་ཐོས་ནས་སྤངས་ཏེ་མནར་མེད་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་  
ཆེས་ལེགས་པར་གསུངས་ཏེ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་བསྟན་པའི་མདོར། སྔོང་ཉིད་ཀྱི་  
གཏམ་ཐོས་པས་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་དགེ་སྔོང་བརྒྱད་མ་ཐོས་པས་སྤངས་ཤིང་འཁོར་དེ་ནས་  
ལངས་ཏེ་སོང་བ་དང་ཁ་ནས་ཁྱག་སྐྱགས་ཏེ་ཆེའི་དུས་བྱས་ནས་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་སོ། འོ་ན་  
ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་མ་ཐོས་ན་བསྐྱལ་བ་ས་ཡར་དཔྱལ་སོགས་སུ་འདུག་རྒྱ་ལ་ཐོས་  
པའི་ཕན་ཡོན་གྱིས་སྐྱར་དུ་དེ་ནས་ཤི་འཕོས་ཏེ་དག་འཕྲན་དུ་སྐྱེས་ཤིང་། ཆེ་རབས་ཐམས་  
ཅད་དུ་རྩས་ཏེ་སྐྱེས་ནས་འཁོར་བ་སྐྱར་གྱི་སྟེ་བ་ཤི་སྟག་སྤངས་ནས་ཐ་མར་སངས་རྒྱས་པར་  
གསུངས། འདི་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཞིག་འདྲམ་དཔལ་གནས་པའི་མདོར་ཡང་གསུངས་སོ། གཞན་  
ཡང་རྩི་རྩེ་གཅིད་པ་ལས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་གང་གིས་འདི་ག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
དཔག་ཏུ་མེད་ཅིང་གངས་མེད་པ་དག་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་བདུན་གྱིས་རབ་ཏུ་བཀང་སྟེ་སྟོན་པ་བྱེན་  
པ་བས། དེགས་ཀྱི་བྱའམ་དེགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འདི་ལས་  
ཐ་ན་ཆེ་བཞི་པའི་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་ཙམ་གྱིས་ནས་འདི་ན་ཏམ། འཆང་ངམ། གློག་གམ།  
ཀུན་ཚུབ་པར་བྱེད་ངམ། གཞན་དག་ལ་རྒྱ་ཆེར་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་སྟོན་ན། དེ་ཉིད་གཞི་དེ་



ལས་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་དུ་གངས་མེད་པ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་དེ་ལ་  
 རིགས་ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ཞེས་པས་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གང་ཟག་སྦྱིར་བཏང་བ་ཡིན་ལ།  
 གྲིས་པ་ནས་སྟོན་པའི་བར་རེ་རེ་ཞིང་མཐར་འདུལ་ཆོག་སྟོས་པ་ནི་དེ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་  
 བར་བསྟན་པའོ། ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་མཆོག་དཔལ་སྤྱུ་ཡང་རུང་སྟེ་དེས་གྲིས་པ་  
 ནས་སྟོན་པའི་བར་གང་རུང་ཞིག་བྱས་ནའང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་ཀྱང་བསོད་  
 ནམས་ཆེས་མང་བར་ཐོབ་ཅེས་པའོ། ། དེ་བས་ན་བདག་ལྟ་བུ་ཐ་ཤེད་ཞིག་གིས་ཐབ་མོའི་སྟེ་  
 སྟོད་ནས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་ཞིག་བྲངས་ཏེ་གྲིས་ནས་འདྲིན་པའམ་སྟོག་པ་སོགས་བྱས་  
 ནའང་པན་ཡོན་དེ་སྟེད་ཅིག་ཐོབ་པར་གདོན་མི་ཐ་བས་ཆེས་དགའ་བ་སྟེ་བའི་གནས་སོ། ། དེ་  
 ལྟར་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱ་ཙམ་ཡང་ཐོས་དཀའ་ཞིང་ཅི་སྟེ་ཐོས་ན་དེ་ཙམ་ལའང་པན་ཡོན་བསམ་གྱིས་  
 མི་བྲལ་བ་འབྱུང་ཚུལ་གོང་དུ་བྲངས་པ་ནམས་དང་གཞན་ཡང་མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་  
 བཅས་པ་ནས་འདིའི་པན་ཡོན་མང་དུ་གསུངས་པས། ལུས་དང་སྟོག་ཀྱང་བཏང་ནས་ངས་  
 འོན་གྱི་མདོ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་སོགས་ལ་ཐོས་བསམ་བསྟོམས་པས་ཅི་ལུས་  
 སྤྱུ་ཞུགས་ཤིང་། མ་མཐར་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་ལས་མ་བྲུང་ཡང་སྟོག་ཅིང་ཁ་ཉོན་བྱ་བ་  
 སོགས་ལ་འབད་དེ་རིན་ཆེན་གླིང་ནས་ལག་སྟོང་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་གལ་ཆེའོ་གསུང་།

གཉིས་པ་བཅུ་མས་པའི་དགེ་བ་བསྡུ་བ་ལ་གཉིས། ལུ་བ་སོ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བསྡུ་  
 བ་དང་། མཛེད་པ་སོ་རང་གི་དོན་དུ་བསྡུ་བའོ། ། དང་སོ་ནི། དགེ་འདིས་ཀྱང་སྟོ་མིག་སྟུན་པ་  
 བལ། ། ལམ་བཟང་བའི་ཉམས་སྟོང་མདོན་དུ་གྱུར། ། རྒྱུད་ཆོགས་གཉིས་དགེ་མཆོན་མདོན་  
 པར་བཟ། ། ཡོངས་འགོ་ཀུན་གྱིས་པར་སྦྱོངས་ཀྱང་ཅིག ། ཅེས་པ་སྟེ། དང་སོས་ཐོས་བསམ་གྱི་  
 སྟོ་ནས་སྟོ་སྟུན་སངས་པ། གཉིས་པས་སྟོ་མ་བྱུང་གི་སྟོ་ནས་ཉམས་ཉོགས་སྦྱིས་པ། གསུམ་  
 པས་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་སྟོ་ནས་དགེ་མཆོན་མཐར་ཐུག་མཆོན་དཔེ་སོགས་ནམ་པར་བཟ་བ་སྟེ་

མདོན་དུ་གྱུར་པ། བཞི་པས་འགོ་ཀུན་ལ་གིས་པའི་མཐར་ཐུག་གསུང་གི་མཛད་པའི་སྒོ་ནས་  
རྗེས་སུ་སྐྱོད་བར་བསྡེ་བའོ།།

གཉིས་པ་ནི། འདི་སྤྱི་བ་པོ་ཡང་སྒོ་བཟང་བསྟན་དང་མཛུགས།། རྗེ་ཡོངས་འཛིན་སྤྱི་མས་  
རྗེས་སུ་བཟུང་།། ཀུན་བཟང་གི་འཕྲིན་ལས་མཁའ་དང་མཉམ།། ཀུན་མཁའ་གི་ལམ་བཟང་རྒྱས་  
བྱེད་ལོག། ཅེས་པ་སྟེ། རྗེའི་བསྟན་དང་མཛུགས་པ། སྤྱི་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་བ། འཕྲིན་ལས་ནས་  
མཁའ་དང་མཉམ་པ། ཐུབ་བསྟན་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་བཞིར་བསྡེ་བའོ།།

གསུང་བ་པོ་གང་གིས་མཛད་པ་ནི། ཅེས་ལྟ་མགུར་གདུང་མེལ་སྟན་གྱི་སྤྱི་གྲུ་ཞེས་པ་  
ནས་སྤྱར་བའོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ཏེ། བལ་ཆེར་བཟླགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཤེས་ལ། རྫོང་  
ལམ་ལམ་ཤར་ཞེས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མདོན་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་དུ་གདའ་བས་བསམ་གྱིས་མི་  
ཁྲབ་པའི་རྣམ་ཐར་འོ།།

འདིར་སྤྱིས་པ། ཉན་མོངས་སྐྱོན་རྣམས་གང་ལས་འབྱུང་བའི་སྒོ་། བདག་ཏུ་ལྟ་  
བའི་གཏི་ཐུག་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར།། བདག་མེད་ཆོག་གས་པའི་ཤེས་རབ་ཉག་གཅིག་ལ།། ཉེས་  
སྐྱོན་མེལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་དམ་པར་གྲུབ།། དེ་ཕྱིར་བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་སྟོང་པ་ཉིད།། རིགས་  
ཚུལ་རྣམ་གངས་དུ་མས་བསྟན་པའི་གཞུང་།། ལུས་མདོ་རྒྱས་འབྱེད་བསྟན་པ་རྣམ་གསུམ་  
པོ།། གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་རབ་དང་ལུས་ཞེས་བསྟན་པ།། དེ་ཡི་དངོས་བསྟན་ཐབ་མོ་ལྟ་བའི་  
ཚུལ།། གསལ་བྱེད་སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་ཀྱི་རིགས་ཆོག་གས་ལྟེ།། དེ་བཞིན་འཕགས་པ་ལྟ་དང་སངས་  
རྒྱས་བསྐྱངས།། རྒྱ་གགས་ཞི་བ་ལྟ་ཡི་གཞུང་རྣམས་སོ།། དེ་དག་ཀུན་གྱི་བཞེད་གཞུང་མ་ལུས་  
པ།། ལག་མཐེལ་རྗེས་བཞིན་དངོས་སུ་གཟིགས་ནས་སྤྱར།། ལུང་རིགས་ལམ་ནས་བྱངས་ཏེ་  
འདོམས་པ་ལ།། རྫོ་བཟང་གཞགས་པའི་དཔལ་དང་མཚུངས་པ་སུ།། མགོན་དེའི་བཞེད་སྟོལ་སྟན་  
མོང་མེན་པའི་གནད།། མཐའ་དག་རྫོགས་པར་ཐུགས་སུ་ཆུད་གྱུར་ནས།། ཅེ་གཅིག་བསྐྱབས་

བས་གྲུབ་པའི་སར་གཤེགས་པ།། དེ་ནི་བདག་གི་སྒྲ་མ་དམ་བཤོ།། རང་གིས་རི་ལྟར་གཟིགས་  
པའི་དབུ་མའི་ལམ།། བྱི་རབས་གདུལ་བྱ་ནམས་ལ་འདོམས་པའི་སྒྲ།། སྟན་པའི་དབྱངས་  
ཀྱིས་མགྲུང་དུ་བཞེས་པ་འདི།། མཐར་འཛིན་གདུང་སེལ་སྟན་གྱི་སྒྲ་གྲུ་དངོས།། རྒྱ་ཆེན་གཞུང་  
ལུགས་ཅུང་དུ་འཛི་ཆོག་ཏུ་བྱེད།། ཤིན་ཏུ་གོ་སྒྲ་བརྒྱད་ལྟན་མན་ངག་ཆང་།། བྱད་པར་གསུམ་  
ལྟན་སྟོན་མེད་ལེགས་བཤད་འདིས།། ཡིད་རབ་མི་འཕྲོག་དཔྱོད་ལྟན་སུ་ཞིག་ཡོད།། ཆེས་  
དཀར་གངས་རིའི་རོས་སུ་སྒྲ་བའི་འོད།། ལྷགས་ན་སྟག་པར་གསལ་ཞིང་འཆར་བ་ལྟར།། ཆང་  
ལ་མ་ནོར་ཤིན་ཏུ་གོ་བདེ་བའི།། གཞུང་འདིར་གཞུང་འགྲེལ་བྱེད་པར་མི་འོས་མིན།། འདི་ལ་  
འགལ་འཁྲལ་ནོངས་པ་ཅི་མཆིས་པ།། སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།། སྟན་སྲར་  
ཐོག་མེད་བསགས་པའི་སྟོན་ལྟར་དང་།། ཆབས་ཅིག་སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་འཆགས།།

གལ་ཏེ་འདི་ལ་ལེགས་པའི་ཆ་མཆིས་ན།། དག་དེས་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་བསྟན་དང་  
མངལ།། མཆོན་ལྟན་སྒྲ་མས་རྗེས་བབྱང་གདམས་པ་མཐོས།། ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབས་པས་རྒྱལ་  
ནམས་མཉེས་བྱེད་ཤོག ། །

ཅེས་ལྟ་མགྲུར་གདུང་སེལ་སྟན་གྱི་སྒྲ་གྲུའི་ནམ་འགྲེལ་ལེགས་བཤད་སྟན་གྱི་སྟེ་མ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་བཙུན་གཞུགས་ལམ་མིང་པ་ངག་དབང་སྟན་ཆོགས་ཀྱིས་རང་གི་བརྗོད་  
བྱང་དུ་འགལ་བྱེད་ཅེས་པ་ལྷགས་མོ་པག་གི་ལོའི་རྒྱལ་སྒྲ་བའི་ཡར་ཆེས་སྒྲ་མའི་དུས་མཆོད་  
ཉིན་རྗེགས་པར་སྐྱར་བ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་པ་སོར་ཆུད་མི་ཉམས་གོང་དུ་  
འཕེལ་བའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག ། །

## ལྷ་བ་བཀའ་རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་གནད་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། ཡོན་ཏན་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་མཐུས།། ཉེས་སྒྲོན་ཐུན་  
པའི་གོ་སྐབས་གདོད་ནས་བཅོམ།། གཞན་པན་འཕྲིན་ལས་འཇུག་ཟེར་རྟག་འཕྲོ་བའི།། འཇམ་  
མགོན་སྤྱི་བའི་རྒྱ་བ་གཙུག་ཏུ་མཆོད།།

རིགས་པའི་ལམ་ནས་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཡི་མདུད།། འིག་འིག་བཀོལ་བའི་སྒྲོབས་པ་མ་  
མཆིས་མོད།། འོན་ཏེ་ཕྱང་ཅམ་སྐབས་སུ་འཆིལ་མིན་པར།། དངོས་སྒྲོབས་རིགས་པས་དབྱེད་  
པའི་ཕྱགས་སུ་བྱ།།

དེ་ལ་འདིར་ལུས་ཅན་འཁོར་བར་འབྱམས་ནས་སྤྱག་བསྐུལ་བ་ནི་གཙང་བདེ་རྟག་  
བདག་ཏུ་བརྩེད་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་པོ་འདིས་ལན་བ་སྟེ། འདི་ལྟར་གང་ཡང་མི་རྟག་པ་ལ་  
རྟག་པ། མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བ། སྤྱག་བསྐུལ་ལ་བདེ་བ། བདག་མེད་ལ་བདག་ཏུ་འབྱུང་  
བའི་དབང་གིས་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་ནས་ལས་ངན་བ་སྤྲོ་ཆོགས་སུ་  
བསགས་ཏེ། དེའི་འབྲས་བྱར་ཡུན་རིང་ལ་འབྱགས་བྱས་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་འདི་མྱོང་  
དགོས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་མེད་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་མིན་པས་སྤྱག་བསྐུལ་ལས་  
གཏན་ནས་ཐར་བ་ཞིག་འདོད་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་པོ་དེ་སྒྲོང་དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་  
གཉེན་པོར་མི་རྟག་སོགས་ནན་གྱིས་བསྒྲོམ་དགོས་ཤིང་། དམའ་མཐར་བག་ཆགས་ཅམ་ཡང་  
ཅི་ཐེབས་ལྟ་དགོས་པས། དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར་དུ་འདི་ཅུང་ཟད་དབྱེད་པ་ལ་ཞུགས་སོ།།

དེས་ན་འདི་ལ་བཞི། འདུས་བྱས་མི་རྟག །ཟག་བཅས་སྤྱག་བསྐུལ། ཕྱང་པོ་བདག་

མེད། ལྷ་འདས་ཞི་བའོ། དང་པོ་ལ། གསུམ། མཆོན་བྱེད་འདུས་བྱས། མཆོན་བྱ་མི་  
 ཏྲག། མཆོན་མཆོན་གྱི་འབྲེལ་བའོ། དང་པོ་ལ། སྐྱོན་གྱི་སྐྱོན་སྐྱུར་བཤད་པ་དང་། རོ་ཤེའི་  
 སྐྱོན་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དེ་སྐད་དུ། ཆོས་རྣམས་རྒྱུ་ནི་མང་པོ་  
 དག། ལྷན་ཅིག་འདུས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། རྒྱུ་ནི་མང་པོ་འདུས་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་  
 མེད་པ་ཡིན། ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་བྱི་ནང་གི་ཆོས་འདི་རྣམས་རྒྱ་མེད་དང་། མི་མཐུན་  
 པའི་རྒྱ་དང་། རྩོགས་རེ་བའི་རྒྱས་བྱས་པ་མིན་གྱི། རང་དང་མཐུན་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་  
 ཏུ་འདུས་ནས་སམ་སྐད་ནས་བྱས་པས་ན་འདུས་བྱས་ཏེ། རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཙམ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཞེས་པའི་ཐ་ཆོག་གོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ནམ་མཁའ་སྟོང་བ་ལས་སྐྱ་གུ་སྟོན་པོ་  
 མི་འབྱུང་བའི་ཚུལ་དུ་གང་ཡང་རྒྱ་མེད་དུ་མི་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་  
 ལ་འབད་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་ནས་གྱི་ས་བོན་ལས་འབྲས་གྱི་སྐྱ་གུ་མི་འབྱུང་བ་དང་འབྲ་བར།  
 གང་ཡང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་མི་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་མཐུན་པའི་རྒྱ་  
 ལ་བརྟེན་དགོས། ས་བོན་དང་རྒྱ་ལུད་སོགས་རྒྱ་རྒྱུ་མཐའ་དག་མ་ཆང་ན་སྐྱ་གུ་མི་འབྱུང་བ་  
 བཞིན་དུ་གང་ཡང་རྒྱ་ཆོགས་མ་ཆང་ན་མི་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་  
 ཆོགས་རྣམས་ཆང་བར་བསྐྱབ་དགོས། ཞིང་ཆོས་པ་དང་ལུད་སྐྱར་བ་སོགས་གྱི་གོ་རིམ་འཆོལ་  
 ན་ལོ་ཉོག་ལེགས་པོ་མི་འབྱུང་བ་ལྟར་གང་ཡང་རྒྱའི་གོ་རིམ་འཆོལ་ན་མི་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་  
 གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་རྒྱའི་གོ་རིམ་རྣམས་མ་འཆོལ་བ་བྱེད་དགོས། རྒྱ་ལུད་སོགས་མཐུན་རྒྱུ་  
 རྣམས་ཆང་ཡང་སད་སེར་སོགས་འགལ་རྒྱུ་དང་མ་བྲལ་ན་ལོ་ཉོག་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་  
 གང་ཡང་འགལ་རྒྱུ་གྱིས་བཙོན་ན་མི་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་དེའི་འགལ་  
 རྒྱུ་རྣམས་སེལ་དགོས་སོ། དེ་ལྟར་དགག་ཕྱོགས་ནས་འགལ་རྒྱུ་རྣམས་བསལ་ལ། སྐྱབ་  
 ཕྱོགས་ནས་མཐུན་རྒྱུ་རྣམས་བསྟེན་ཅིང་། དེའང་སྤར་ལྟར་རོ་བོ་མ་ནོར། གོ་རིམ་མ་འཕྱུགས།

ཀླུ་མ་ཆང་ན་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་ཞིན་པ་ལྟར་ན་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་འདོད་ཀྱང་འགོག་  
མེད་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། མ་ཆང་མེད་ཆུ་དེ་  
ལ་ནི། འབྲས་བུ་གང་གིས་སྒྲོག་པར་བྱས། ཞེས་སོ།

དེས་ན་འབྲས་བུ་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ནས་ཆུང་བ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལོ་རྟོག་  
ཡན་ཆད་རིམ་ལྡན་འདོད་པ་བཞིན་དུ་མི་འབྱུང་བ་ནི་དེ་དང་དེའི་རྒྱ་ལ་མ་འབད་བའམ། འབད་  
ཀྱང་འབྲས་བུ་དང་མི་མཐུན་པའམ། མཐུན་ཀྱང་ཆ་མ་ཆང་བའམ། ཆང་ཡང་གོ་རིམ་ནོར་  
བའམ། མ་ནོར་ཡང་འགལ་རྒྱུན་གྱིས་བཅོམ་པ་གང་རུང་གིས་ལན་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མི་  
འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་བོ།

གཉིས་པ་རོ་བོའི་སྒོ་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། འདུས་བྱས་ཀྱི་གནད་ལ་  
བརྟེན་ནས་ལམ་གྱི་རོ་བོ་དེས་པ་སོགས་རིམ་ལྡན་འབྲུབ་པ། ཆེ་སྤྱི་སོགས་རིམ་ལྡན་འབྲུབ་པ།  
དོན་བསྐྱུས་ནས་ལག་ལེན་དུ་རིམ་ལྡན་འབྲུང་བའི་རིམ་པའོ། དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
ལམ་གྱི་རོ་བོ་དེས་པ་རིམ་ལྡན་འབྲུབ་པ་ནི། དཔེར་ན་ནས་ཀྱི་སྤྱུ་གུ་གང་ཡིན་ཡང་ནས་ཀྱི་ས་  
བོན་ལས་འབྱུང་གི་གྲོ་སྒན་སོགས་གཞན་ལས་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པ་ལྟར། འདུས་བྱས་  
ཐམས་ཅད་རང་དང་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་གི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་  
པས། འབྲས་བུ་ཆེ་བ་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱུ་གཉིས་ཀྱང་ལམ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་གི་གཞན་  
ལས་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པ་སྟེ། འཛོལ་བྱ་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་དེས་མཆོན་  
ནས་སོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལམ་དང་ལམ་མེན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ནི་འབྲས་བུ་དང་མཐུན་མི་མཐུན་  
གྱིས་བཞག་དགོས་པས། དབྱ་ཆད་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྟེ་བ་བཀག་པ་  
ཡང་ལམ་གྱི་རོ་བོ་མ་ནོར་བར་ངོས་ཟེན་པའི་ཆེད་དུ་འོ།

གཉིས་པ་གངས་རེས་པ་རིམ་ལྡན་འབྲུབ་པ་ནི། རྒྱ་མ་ཆང་ན་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བའི་



གནད་གིས་ཐོབ་བྱེད་ལམ་གྱི་ཆ་མ་ཆང་ན་འཕྲོ་བ་བྱའི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ། རྗེ་  
 རེན་པོ་ཆེས། ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འཕྲོ་བ་པར་འདོད་ན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་བསྐབ་  
 དགོས་ཀྱི། གྲུགས་རེས་མི་ཆོག་ཅེས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་གསུངས་སོ།། གཞན་ཡང་སྟོན་དུས་  
 སྤྱི་འབྲུ་སྤྱ་བཟང་ལ་མང་བ་དེ་སྟེད་འབྱུང་བ་ནི་དབྱིད་དུས་སྤྱི་དེ་ཉིད་བཏབ་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 པ་ལྟར། འབྲས་དུས་སྤྱི་ཡོན་ཏན་བཟང་ལ་མང་བ་དེ་སྟེད་འབྱུང་བ་ནི་རྒྱ་དུས་སྤྱི་དེ་སྟེད་ཉམས་  
 སྤྱི་སྤངས་པའི་ལག་རྗེས་ཡིན་པས། འཕྲོ་བ་པར་བྱ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཡོན་ཏན་རྗེ་  
 ལྷར་མངའ་བ་དང་རྗེས་སྤྱི་མཐུན་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་འདིང་  
 དགོས་ཀྱི། དམན་པ་དང་ཕྱོགས་རེས་ཆོམ་མི་ཉན་ནོ།། ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ།།

སྤྱིར་གྲངས་རེས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། མང་ན་མི་དགོས་ཤིང་ཉུང་ན་མི་འདུ་བས་ཡིན་  
 ནོ།། དེས་ན་མདོ་སྤྱགས་ཡོངས་རྫོགས་ལྟ་ཞིག་གི་ཕྱོགས་རེ་ཡང་རྗེ་བཞིན་རྗེ་མི་ཐོགས་པ་  
 བདག་ལྟ་བུས་ནི་ཀུན་གྲང་སྟོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་ཏེ། ཕྱོགས་རེས་མ་ཞོར་བར་ཡོངས་  
 རྫོགས་ཉམས་སྤྱི་ལེན་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྱི་མ་པས་རྒྱ་འདོད་ལྷར་འདུན་པ་  
 ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྤྱིང་དགོས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་མཐའ་དག་ཉམས་  
 སྤྱི་ལེན་ཐུབ་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་རེས་པར་དུ་འོངས་ཏེ། དགོན་མཆོག་བཅེགས་པ་ལས། ཆོས་  
 ནམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིན་བཞིན་ཏེ། འདུན་པའི་ཆ་ལ་རབ་དུ་གནས།། གང་གིས་སྟོན་ལམ་ཅི་  
 བཏབ་པ།། དེ་འབྲའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་འབྱུང་།། ཞེས་སོ།། སྟོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་གྲང་  
 ཉམས་སྤྱི་ལེན་ལུགས་ཤིག་ཡོད་པ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཞལ་ཆབ་འོན་མོ་རྗེ་ཡབ་  
 སྤྱི་མ་པས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་ལེན་ན། རྗེ་སྤྱི་དུ། གཅིག་  
 གྲང་མི་སྤྱི་དུ་ཀུན་གྲང་སངས་རྒྱས་ཀྱི།། ལམ་དུ་བསྐྱེད་པར་ཤེས་ན་མཁས་པའི་ཕུལ།། ཞེས་པ་  
 དེ་འབྱུང་གི་གཞན་དུ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་རེས་པ་ལྷར་སྤྱི་ལེན་ཞེད་ལོ་བྱས་པ་ན། གཞན་ཐམས་

ཅད་མི་དགོས་པར་མཐོང་སྟེ་སྟོང་ཉེན་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་སོང་ན་ཆེ་རབས་གཞན་  
དུང་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་སྐལ་བ་དང་བྲལ་བས་དོན་མ་ཡིན་པ་ཆེན་པོ་  
བསྐྱེད་པར་གསུངས་སོ།། མདོར་ན་ཚུ་ལུད་སོགས་རྒྱ་རྒྱུ་མ་ཆང་ན་སྲུ་གུ་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་  
མི་འབྱུང་བ་མདོན་སྲུམ་དུ་མཐོང་བཞིན་པའི་དཔེས་རྒྱ་ཆོག་མ་ཆང་ན་འབྲས་བྱ་རི་ལྟར་བྱས་  
ཀྱང་མི་འབྱུང་བའི་འདུས་བྱས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གནད་ལ་ངེས་པ་རི་བཞིན་རྟེན་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན།  
ལམ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཆ་མཐའ་དག་མ་ཆང་ན་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རི་ལྟར་བྱས་  
ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་ཤེས་ནས་མདོ་སྒྲགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་འཇུག་ཅིང་། ཐ་ན་  
མོས་པ་ཡིད་བྱེད་ཚུན་གྱིས་ཀྱང་འཇུག་པ་ཞིག་འོང་གི་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་བས་འདུས་བྱས་རྒྱ་  
འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་གོ་རིམ་ངེས་པ་རི་ལྟར་འབྲུབ་པ་ནི། ཅ་བའི་རྒྱ་ནས་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་  
བུའི་བར་དུ་གོ་རིམ་མཐར་ཆགས་སྲུ་འབྱུང་བ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་གནད་གྱིས་  
ལམ་ཀྱི་གོ་རིམ་ངེས་པར་གསུངས་ཏེ། དཔེ་བཞིའི་སྟོན་སོ།། དེ་ལ་དང་པོ་ནི། དཔེར་ན་  
ཤིང་གི་ཅ་བ་ནས་ཅེ་མོའི་བར་དུ་གོ་རིམ་མཐར་ཆགས་སྲུ་སྟེ་ཡི། ལྷོག་ནས་དང་ཅིག་ཅར་དུ་  
སྟེ་བའི་གནས་མེད་པ་ལྟར། ལམ་ཀྱི་ཅ་བ་དད་པ་ནས་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་  
གོ་རིམ་མཐར་ཆགས་སྲུ་སྟེ་ཡི། ལྷོག་ནས་དང་ཅིག་ཅར་དུ་སྟེ་བའི་གནས་མེད་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་  
ན་ལམ་འོག་མ་འོག་མ་རྒྱ་དང་གོང་མ་གོང་མ་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་འབྲས་འཆོལ་ནས་སྟེ་  
བའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་ཤིང་གི་ཅ་བ་དང་སྟོང་བྱ་སོགས་འོག་མ་འོག་མ་བྱུང་  
ན་གོང་མ་གོང་མ་སྟེ་ཞིང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་དང་འབྲས་བར་ལམ་གོང་འོག་ལའང་གསུངས་  
ཏེ། མདོ་རྒྱན་ལས། ལྷིང་རྗེ་དང་ནི་བཟོད་དང་སེམས་པ་དང་།། སྟོན་ལམ་སྟེ་བ་སེམས་ཅན་  
ཡོངས་སྟོན་བྱེད།། དང་པོ་ཅ་བ་ཐ་མ་འབྲས་མཆོག་ལྟར།། འདི་ནི་ལྷིང་རྗེའི་ལྷོན་ཤིང་ཆེན་པོ་

ཡིན།། ཅ་བ་སྒྲིང་ཐེ་མེད་གྲུར་ན།། དཀའ་སྤྱད་བཟོད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར།། གློ་ལྷན་སྤྱག་བསྐྱལ་  
མི་བཟོད་ན།། སེམས་ཅན་དོན་སེམས་ཉིད་མི་འགྱུར།། ཞེས་པ་ནས། ལོ་མ་འདོར་ལེན་རྒྱུ་  
ནམ་གཉིས།། གྲུབ་པ་དེ་ཕྱིར་མེ་ཏོག་དང་།། འབྲས་བུ་དོན་ཡོད་ཤེས་པར་བྱ།། ཞེས་པའི་བར་  
གྲིས་ཏེ། གཞན་དུ་འང་མང་ངོ་།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་འོག་མའི་ཏོགས་པ་རང་རྒྱུད་ལ་མེད་པར་ཤེས་  
བཞིན་དུ་གོང་མར་རྒྱགས་ནས་སྐྱེས་སུ་རེ་བ་ནི། ཤིང་གི་ཅ་བ་མ་ཚུགས་པར་མཐོང་བཞིན་དུ་  
སྤོང་བུ་སོགས་སྐྱེས་སུ་རེ་བ་དང་འབྲས་བུ་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུར་རེ་བ་ཁོ་ནའོ།། དེས་ན་ཤིང་  
གི་འབྲས་བུ་འདོད་པས་ཅ་བ་ནས་བརྩམས་ཏེ་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱར་མེད་པ་ལྟར། གོང་  
མ་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་འོག་མ་ནས་བརྩམས་ཏེ་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་གནད་དེ། ལམ་རིམ་ཆེ་བ་  
ལས། གང་ཟག་ཐ་མ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་གོང་མ་ནས་སྤྱངས་ཀྱང་བསམ་པ་གོང་མ་མི་སྐྱེ་ལ། འོག་  
མ་དོར་བས་གང་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ངོ་།། ཞེས་སོ།།

དཔེ་གཉིས་པ་ནི། ཐེམ་སྐྱས་འཛེག་པ་ལ་མཚོན་ན། སྐྱས་གདང་འོག་མ་ནས་བརྩམས་  
ཏེ་རིམ་གྱིས་འཛེགས་ན་ཅེ་མའི་བར་དུ་ཆོགས་མེད་པར་འཛེགས་ཀྱས་ཀྱི། གཞན་དུ་མཁྱོགས་  
འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཅེ་ལ་མཚོང་ལོ་བྱས་ན་ལྟང་བ་ལས་འོས་མེད་པ་ལྟར།  
ལམ་གྱི་དམའ་ཤོས་དད་པ་ནས་བརྩམས་ཏེ་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་ན་མཐོ་ཤོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་  
བར་དུ་ཆོགས་མེད་པར་བཟོད་ཀྱས་ཀྱི། དེ་ལྟར་བྱས་པ་ལ་འགོར་བར་བསམས་ཏེ་དང་པོ་  
ནས་གང་མཐོ་ཤོས་ཤིག་ལ་བསྐྱེགས་ལོ་བྱས་ན་གོལ་བ་ལས་འོས་མེད་པས། དེ་ལ་དགོངས་  
ཏེ། འོག་མས་རྒྱུད་མ་སྒྲིན་པ་གོང་མར་བགྱི་བ་དང་འབྲུག་པ་གཉིས་ཀ་ནན་ཏན་གྱིས་དགག་  
པར་མཛད་དོ།། གཞན་ཡང་སྐྱས་གདང་འོག་མ་འོག་མར་སྐྱེ་བས་ན་དེའི་གོང་མ་གོང་མར་  
འཛེགས་པ་ལ་ཆོགས་མེད་པ་ལྟར། ལམ་འོག་མ་འོག་མ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ན་གོང་མ་གོང་མ་སྐྱེ་བ་  
ལ་ཆོགས་མེད་པས། གོང་མ་གང་ཞིག་སྐྱེ་བར་འདོད་ཀྱང་དེའི་འོག་མ་སྤྱོད་ལ་བསྐྱེད་ཐབས་

བྱེད་དགོས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱུ་གདང་རིམ་པ་གང་དུ་སྟེན་པར་འདོད་ཀྱང་དེའི་འོག་མར་  
སྟོན་ལ་སྟེན་པས་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།། དོན་གྱི་གནད་འགག་འདི་ལྟ་བུ་ལ་གཞིགས་  
ནས་རྗེ་བཙུན་བཙུན་པའི་འཁོར་ལོས། དེས་ན་སྤྲུགས་ལ་སོགས་པ་གང་ཟབ་ཟེར་བ་རྣམས་  
རེ་ཞིག་བཞག་ནས་དེས་འབྱུང་ལ་རྟོག་བསྟོམ་བྱ་དགོས། ཞེས་དང་། རིམ་ལྡར། ཐབས་འདི་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས།། སྐྱུ་གྱི་རིམ་པ་ལྟ་བུར་གསུངས།། ཞེས་སོ།། དེར་མ་ཟད་གོང་  
མའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ཆོས་མཐོ་བ་གཅིག་ལྟས་མི་ཆོག་གི་གང་ཟག་ཀྱང་མཐོན་པོར་སྟེན་པས་པ་  
ཞིག་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སང་གའི་འོ་མ་སྟོད་པལ་པར་སྤྲུག་པ་དང་འབྲ་བར་སྟོད་བཙུན་  
གཉིས་ཀ་ཚུད་ཐོས་སུ་འཕྲོ་ཉེན་ཡོད་གསུང་བ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།།

དཔེ་གསུམ་པ་ནི། སྟོན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡུལ་གཞན་དུ་སོང་ཤུལ་དུ་དེའི་བཙུན་མོའི་ནང་  
གི་སྤྲུག་ཤོས་དེ་གུམ་ཐལ་བ་ལ་དེར་སྟོན་པོའི་བསམ་པར་དང་པོ་ནས་གུམ་ཞེས་གསོལ་ན་  
རྒྱལ་པོ་ལྷ་ངན་གྱིས་བརྒྱུངས་ནས་བརྒྱལ་བར་འབྱུང་བས་ཐབས་ཤིག་བྱ་སྟམ་ནས་ཐོག་མར་  
བཙུན་མོའི་དབྱལ་བར་པོལ་མིག་ཅིག་སྟེན་སོ་ཞུས། དེ་རྗེས་པོལ་མིག་དེ་རྗེ་ཆེར་སོང་ནས་  
གདོང་བ་བྱེད་ཅམ་ཁབས་ཐལ་ཞུས། དེ་ནས་ད་ནི་བཞིན་རིལ་གྱིས་ཁབས་ཏེ་ལྷར་མི་ཉན་  
པར་གྱུར་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོའི་བསམ་པར་དེ་ལྷར་གྱུར་ཆེ་ང་ཡུལ་དུ་མ་སྟེན་གོང་དུ་ཁོ་ཤི་ན་  
བྱུང་སྟམ་པ་ཤར་བས། དེའི་ཆེ་གཞི་ནས་གུམ་ཞེས་བྲས་པས་རྒྱལ་པོ་ལ་ལྷ་ངན་ཅི་ཡང་མ་  
བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར། ལྷ་མས་སྟོན་མ་བགྱི་བ་ནའང་འཁྲིད་མཁས་པོ་དེ་འབྲ་ཞིག་བྱ་དགོས་  
པར་གསུངས་ཏེ། དཔེ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་རྟོགས་སོ།། དེ་དག་གི་ཚུལ་ཡང་  
བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོ་རྫོགས། །བར་དུ་བདག་ནི་རྫོགས་པར་བྱེད།། ཐ་མར་ལྟ་ཞིག་གུན་  
རྫོགས་པ།། གང་གིས་ཤེས་དེ་མཁས་པ་ཡིན།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གདུལ་བྱ་རིམ་གྱིས་  
བགྱི་དགོས་པས་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཆོས་ཟབ་ཅིང་སྤྲ་བ་རྫོགས་མི་འཆུན་པ་དག་ལ་མི་སྦྱར་བར་

གང་སྤྲོ་ཞིང་རགས་ལ་སྒོས་འཆུང་ཆོད་ཅམ་ལ་སྤྲར་ནས་འཁྲིད་དགོས་པ་སྟེ། འཕགས་པ་  
ལྷས། གང་ཞིག་གང་གང་ལ་དགའ་བ།། དེ་དེ་ཉིད་ལ་སྤྲར་སྤྲར་བྲ།། ཉམས་པར་གྱུར་པ་དམ་  
ཆོས་ཀྱི།། སྤྲོད་ནི་ཅིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་དང་། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ནི་རིམ་གྱིས་དགེ་བའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་པར་བྱ་བའི་བྱིར་སེམས་ཅན་  
ཀྱིས་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་ནམས་ལ་ཐོག་མར་སྤྲོ་བའི་ཆོས་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་སྤྲོ་བའི་གདམས་  
ངག་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་རྗེས་སུ་འབྲུག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཏེ། གཞན་ཡང་མང་ངོ་།།

དཔེ་བཞི་པ་ནི། བཟའ་བཏུང་གི་རྒྱ་ལ་ཆོས་དཀའ་སྤྲའི་རིམ་པ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་  
དང་བསྟན་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྲོད་དགོས་པར་མ་ཟད། གང་དང་གང་ཞིག་སྤྲོད་པའི་དུས་ལ་བབ་  
མ་བབ་ཀྱང་ལྟ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། འབྲུག་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ལའང་འབྲུག་པ་པོའི་སྒོས་  
འཆུང་དཀའ་སྤྲའི་རིམ་པ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པས། དེ་དང་བསྟན་ནས་སྤྲོ་རིམ་གྱིས་བཀྱི་དགོས་  
པར་མ་ཟད། གང་དང་གང་ལ་བཀྱི་བའི་དུས་ལ་བབ་མ་བབ་ཀྱང་ངེས་པར་དུ་ལྟ་དགོས་པ་སྟེ།  
མདོར་ན་སྟན་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་སྟན་པ་རང་གིས་རི་ལྟར་འདོད་འདོད་དུ་སྟེར་རྒྱུ་མ་ཡིན་  
པར་ནད་པ་གང་དང་གང་གི་ནད་ལ་བལྟས་ནས་སྟེར་ལུགས་བྱེད་དགོས་པ་བཞིན་དུ། ཆོས་  
གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་སྤྲོ་མ་རང་གིས་རི་ལྟར་འདོད་འདོད་དུ་འཆད་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར། སྤྲོ་བ་མ་  
དེ་དང་དེའི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བསྟན་ནས་འཆད་ལུགས་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་སོ།། དེ་ལྟར་  
ཡང་མདོ་ལས། རི་ལྟར་ནད་པ་ནད་པ་ལ།། སྟན་པས་སྟན་ནམས་གཏོང་བ་བཞིན།། སངས་  
རྒྱུ་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ལ།། རི་ཅམ་བཟོད་པའི་ཆོས་བསྟན་ཏོ།། ཞེས་སོ།། རི་སྐད་བཤད་  
པ་དེ་དག་ནི་དངོས་སུ་སྤྲོ་མས་སྤྲོ་བ་མ་བཀྱི་བའི་དབང་དུ་བྱས་མོད་ཀྱང་། རང་གིས་རང་བཀྱི་  
བ་ལའང་འདྲ་སྟེ་རྒྱུ་མཚན་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་རྒྱའི་ངོ་བོ་ནོར་བ་དང་གངས་མ་ཆང་  
བ་དང་། གོ་རིམ་འཆོལ་བ་ལ་ནི་འབྲས་བུ་པལ་པ་སྤྲུ་བྱ་ཅམ་ཡང་མི་འབྱུང་ན། ཐམས་ཅད་

མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་པར་གཞིགས་ནས་ལམ་གྱི་རོ་བོ་ངེས་པ། བྱངས་ངེས་པ། བོ་  
རིམ་ངེས་པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གཤ་ཆེ་བར་གསུངས་ཏེ། འདིར་ངེས་པ་ནི་ཤེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ཆེ་སྒྲིལ་གས་རི་ལྟར་འབྲུག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྟེ་བ་སྒྲིལ་ཡོད་པ་རི་ལྟར་  
འབྲུག་པའི་ཚུལ། ལས་འབྲས་ཡོད་པ་རི་ལྟར་འབྲུག་པའི་ཚུལ། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་ཡོད་པ་རི་ལྟར་འབྲུག་པའི་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་ནི། བོར་དུ་རི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་དུ་འདུས་  
བྱས་ཡིན་ཆད་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་མི་སྟེ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། དེས་པ་སྟེས་མ་ཐག་པའི་རིག་  
པ་ཡང་དེ་ལས་མི་སྟེ་བས་རིགས་མཐུན་གྱི་རྒྱ་ལས་སྟེད་དགོས། དེ་ལྟར་རིག་རྒྱན་སྒྲ་མ་ལས་  
སྟེ་དགོས་པས་རྒྱ་མཆན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆེ་སྒྲ་མ་ཡོད་པ་བྱུང་ཅིང་། སྒྲ་མ་ཡོད་པར་བྱུང་ན་སྟེ་མ་  
ཡོད་པའང་དོན་གྱིས་བྱུང་བས། འདུས་བྱས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཆེ་སྒྲིལ་ཡོད་པར་དགོག་  
ཚུལ་ནི་དེ་ལྟར་རོ།།

གཉིས་པ་ལས་འབྲས་ཡོད་པ་རི་ལྟར་འབྲུག་པ་ནི། དཔེར་ན་ནས་ཀྱི་ས་ཐོན་ལས་  
ནས་ཀྱི་སྒྲ་བྱ་སྟེ་བ་དང་འབྲ་བར། སྒྲིར་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་མཐུན་པའི་འབྲས་བྱ་འབྲུང་བའི་  
རྒྱ་མཆན་དང་སྒྲར་ན་སྟེ་བྲག་ལས་བཟང་ངན་དགོ་སྒྲིག་གི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་བཟང་ངན་བདེ་  
སྤྱག་དུ་འབྲུར་བ་སྒྲས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་པས། ཅི་འབྲ་བ་ཡི་ལས་བྱས་པ། འབྲས་བྱ་དེ་འབྲ་ཉིད་  
དུ་འབྲུང་།། ཞེས་པ་ལྟར་གྱི་ལས་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་ཡང་འདུས་བྱས་ཀྱི་གནད་ལ་  
བསམས་ན་ཤེས་ཀྱས་སོ།།

གསུམ་པ་ལ། ཐར་པ་ཡོད་པ་རི་ལྟར་འབྲུག་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡོད་པ་རི་  
ལྟར་འབྲུག་པ་ལོ།། དང་པོ་ནི། འཁོར་བའི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་ཡིན་ཞིང་། དེ་བདག་མེད་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྟོང་ཀྱས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་སྐབས་ཡོད་པར་གསུངས་  
ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། དེ་ནི་གཏན་དུ་བ་མིན་ཏེ། རྒྱ་ལ་གོགས་སོགས་སྤིང་བྱིར་རོ།། ཞེས་



གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཏུ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཡང་རྒྱ་  
འགག་ན་འབྲས་བུ་ཐོག་པའི་འདུས་བྱས་ཀྱི་གནད་ལ་བཞེན་ནས་ཉ། དེ་ཞིག་དེ་ཙམ་མོ།།

གཉིས་པ་ནི། རི་སྐད་དུ། རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་སྐྱེ་བ།། རེས་སུ་དཔོག་པ་གང་  
ཡིན་པ།། དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་སྟོས་ཕྱིར།། དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྟོག་།། ཅེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། རྒྱ་ཚོགས་ཚང་ན་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་འདུས་བྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉེ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་དང་  
སྒྲུབ་ན་རྒྱ་ཚོགས་གཉིས་ཇོགས་པའི་སྐབས་ཡོད་པས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་སྐབས་  
ཡོད་པར་ཡང་ཤེས་ཀྱས་མོ།། གཞན་ཡང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དགེ་སྒྲིག་གི་རྒྱ་ལས་བདེ་སྒྲུག་གི་  
འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་ན། བྱེ་བྲག་དགེ་སྒྲིག་གི་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ལས་བདེ་སྒྲུག་གི་  
འབྲས་བུ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་སུ་འབྱུང་བའང་འབྱུང་བས། དེས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡོད་  
པར་དཔོག་ཀྱས་པ་སྟེ། དགེ་སྒྲིག་གི་འབྲས་བུ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ལ་རིམ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བདེ་བ་དང་མཉམ་མེད་ཀྱི་དུམ་ཁའི་དོན་ཚང་བས་སོ་སྟོས་མོ།།

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུས་ནས་ལག་ལེན་དུ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་པ་ནི། ལམ་གྱི་དམིགས་སྐྱོར་  
གང་དང་གང་ལའང་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱའི་ངོ་བོ། གངས་ངེས། གོ་རིམ་སོགས་ཐོག་མར་ཐོས་བསམ་  
གྱིས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་ནས་ཤེས་པར་བྱེད། དེ་ནས་རི་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་  
པས་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་ནས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་སྒྲུངས་ན་ས་ལམ་ཉམས་ཉོགས་མཐའ་དག་གདོན་  
མི་ཟ་བར་སྐྱེ་སྟེ། འབྲས་བུ་རྒྱའི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པས་གང་དང་གང་གི་རྒྱ་ཚོགས་ཚང་  
ན་དེ་དང་དེ་མི་སྟེ་བའི་དབང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་པའི་ཆེ་ཡང་བྱམས་འཇམ་  
དབྱངས་ནས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་བཞིན་ལག་ལེན་སུམ་སྐྱེལ་དང་སྒྲུབ་བ་གཉིས་ལྟན་དུ་བྱ་  
བར་ཤིན་ཏུ་ཡང་གཅེས་ཉ། དཔེར་ན་ཞིང་སར་ལོ་ཉོག་བསྐྱུན་པའི་ཆེ་ཡང་འགལ་རྒྱུན་གྱི་དུམ་  
སོགས་བསལ། མཐུན་རྒྱུན་རྒྱ་ལུང་སོགས་སྒྲུབ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྒྲུབ་སོགས་འདེབས་དགོས་པ་

བཞིན་དུ། རྒྱུད་ལ་ཉམས་རྟོགས་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་ཡང་འགལ་རྒྱུན་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྲུང་བ། མཐུན་རྒྱུན་  
ཆོག་ས་བསགས་པ། ཉེར་ལེན་དམིགས་ནམ་སྦྱོང་བ་སྤུམ་སྤྲེལ་དུ་བྱ་དགོས་ཞེས་རྩེ་བཙུན་  
འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་རྩེ་རིན་པོ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། དམིགས་ནམ་སྦྱོང་བའི་ཆེ་  
ཡང་རེས་འཛོག་དང་མ་གྲུས་པས་མ་ཡིན་པར་རྟག་པ་དང་གྲུས་པའི་སྒྲོན་ས་སྤྲུང་དགོས་པར་  
རྩེ་བཙུན་བྱམས་པས་གསུངས་ཏེ། མདོ་རྒྱན་ལས། དེ་ལ་རྟག་ཏུ་བྱ་བ་དང་། གྲུས་པར་བྱས་ཏེ་  
སྤྲུང་བར་བྱ། ཞེས་སོ། ། འདི་ནི་གཙུག་ཤིང་བདར་བ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། རྒྱན་འཐུད་ནས་དང་  
ཚུལ་བཞིན་བྱས་ནས་བདར་ན་མེ་སྤྲུང་དུ་འབྱིན་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་དུ་མེ་འབྱུང་བའི་སྐབས་  
མེད་པ་ལྟར། རྟག་གྲུས་ཟུང་གི་སྒྲོན་ས་སྤྲུང་མ་སྤྲུང་ལས་ཉམས་རྟོགས་དུས་ཐོག་ཏུ་སྤྲེལ་སྤྲེ་  
ཡང་དཔེ་དེ་དང་འབྲ་བར་གསུངས་པས་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེདོ། མདོར་ན་འབྲས་བུ་རྒྱུའི་གཞན་  
དབང་ཅན་ཡིན་པས། གང་ཡང་རྒྱུ་ལ་འདོར་ལེན་བྱ་བ་ལས་གཞན་དུ་འབྲས་བུ་ལ་འདོར་ལེན་  
བྱར་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཆགས་སོགས་ཀྱི་ཉན་ཉིན་གྱི་རྒྱ་རྣམས་འབད་པས་སྦྱོང་གང་སྤུབ་དང་།  
དད་སོགས་ནམ་བུར་གྱི་རྒྱ་རྣམས་འབད་པས་བསྟེན་གང་སྤུབ་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རྒྱ་  
འབྲས་མི་བསྐྱེད་པའི་དོན་གྱི་སྦྱོན་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྩེ་ཉན་དང་ཡོན་ཏན་དང་བདེ་བ་རྩེ་མང་ལ་སོང་  
སྟེ་མཐར་གྱིས་སྦྱོན་ཀྱང་ཟད་དང་ཡོན་ཏན་ཀྱང་རྟོགས་གྱི་སངས་རྒྱས་སྤྲུང་བའི་ཕྱིར་དོ།

སྤྲུམ་པ། འདུས་བྱས་གནས་ལུགས་གཞལ་བའི་མདའ་གཅིག་གིས། དཀའ་གནས་  
བརྒྱ་སྐག་འཁོགས་པའི་ངོ་མཆར་འབྲུལ། འདི་ཀོ་རང་གིས་ཤེས་པ་མ་ལགས་ཏེ། ལྷ་མ་  
རྣམས་ཀྱི་བྱགས་རྩེའི་འོག་ལས་སོ།

གང་དག་རྒྱུ་འབྲས་རྣམ་དབྱེ་ཕྱོགས་ཅུ་ཡང་། མི་ཤེས་བཞིན་དུ་སྟེན་སྟོན་འབའ་  
ཞིག་གིས། ལམ་འབྲས་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་འདོད་པ། དེ་དག་ཚེངས་པའི་གདོན་གྱིས་  
བསྐྱེད་པར་ཟད།

དེ་ལྟ་ངེ་ལྟར་དགེ་བའི་ལས་ལ་འཇུག། དེ་ལྟ་ངེ་ལྟར་བདེ་ལེགས་སྒྲུབ་འཕེལ།། དེ་  
ལྟ་ངེ་ལྟར་སྒྲིག་པའི་ལས་ལ་འཇུག། དེ་ལྟ་ངེ་ལྟར་མི་འདོད་ཐོག་ལྟར་འབབ།།

འདུས་བྱས་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ཚུལ།། དེ་བཞིན་གཟིགས་པ་སངས་རྒྱས་  
ཉག་གཅིག་སྟེ།། དེའི་ཕྱིར་དེའི་གསུང་རྒྱ་འབྲས་ནམ་གཞག་ལ།། འབྲུལ་བའི་དེ་མ་རྩལ་ཙམ་  
མངའ་མ་ལགས།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ།།

གཉིས་པ་མཆོན་བྱ་མི་རྟག་པ་འཆད་པ་ལ། རོ་པོ། དབྱེ་བ། རོགས་གཅོད་དོ།། དང་  
པོ་ནི། མདོ་བླ་པ་ཉེར་བཞག་ལས། སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པའི་མི་རྟག་པ་དང་། ཞེས་  
འབྲུང་བ་ལྟར་མི་རྟག་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འང་དུས་མཐའི་སྐད་  
ཅིག་མ་དང་། བྱལ་དུས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་ལས་བྱེ་མ་སྟེ། ཅུ་ཡེའི་ཤིག་ཆེན་ལས། མི་རྟག་  
པའི་མཆོན་ཉིད་ཏུ་གསུངས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་ནི་རང་བྱུང་བའི་དུས་ལས་དུས་གཉིས་པར་མི་  
སྟོད་པ་ཡིན་གྱི། ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལས་མི་སྟོད་པ་ནི་སྐད་ཅིག་མའི་དོན་མིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ།། འོ་ན་སྐད་ཅིག་མ་དེ་གཉིས་ཀྱི་འཛོག་ཚུལ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ལ་དུས་མཐའི་སྐད་  
ཅིག་མ་ནི་དུས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱུང་བའི་མཐར་བུག་པའི་སྐད་ཅིག་མ་སྟེ། གཞན་ཏུ་བྱུང་མཐའི་སྐད་  
ཅིག་མ་ཞེས་འབྲུང་བ་དང་གནད་གཅིག་གོ། །འདིའི་ཡུན་ཆད་ནི་ཐེག་དམན་ལྟར་ན་སེ་གོ་ལ་  
གཅིག་གི་ཡུན་ལ་སྐད་ཅིག་སྤྲོ་མོ་བྱུག་ཅུ་རེ་ལྟ་དང་། ཐེག་ཆེན་ལྟར་ན་སུམ་བརྒྱ་དང་བྱུག་ཅུ་  
རེ་ལྟ་འཇུག་པར་འདོད་དེ། གང་ལྟར་དེ་འབྲའི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ནི་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མའི་  
ཡུན་ཆད་ཏུ་གསུངས་སོ།། བྱལ་དུས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་ཞེས་པའི་སྐད་ཅིག་ནི་རྒྱ་གཞུང་ནམས་སུ་མ་  
བྱུང་བ་འབྲེལ་ཡང་དོན་གྱིས་ཐོབ་པ་ལ་དགོངས་ནས་བོད་གཞུང་ནམས་སུ་གསུངས་ལ། དེ་འང་ལོ་  
ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། རྒྱ་བ་དང་པོ་ནས་བཅུ་གཉིས་པ་ཚུན་ཆད་ནི་དེའི་བྱལ་དུས་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
པན་ཆད་ནི་བྱལ་དུས་གཉིས་པ་ཡིན་པས། བྱལ་དུས་གཉིས་པར་མི་གནས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་

ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་རྒྱ་བ་དང་པོ་ནས་བཅུ་གཉིས་པའི་བར་དུ་གནས་ཤིང་། དེ་པན་ཆད་དུ་  
མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འདིས་མཚོན་ནས་གཞན་ལ་འདེགས་དགོས་ཏེ། དྲངས་མ་ཐག་པའི་  
ལུང་དེའི་འཕྲོ་ལས། ལོ་རྒྱུས་པ་ལ་རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་རྒྱུས་དགོས་ཤིང་། དེའི་འོག་དུ་ལོ་མི་  
གནས་པས་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བྱུང་པའི་དུས་ལས་དུས་གཉིས་པར་མི་སྡོད་པའི་སྐད་  
ཅིག་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་སོ། ། དེའི་འོག་དུ་སྟེ་རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་རྒྱུས་རྗེས་སུ་མི་གནས་ཞེས་པའི་  
ལྷགས་ཀྱིས་མ་རྒྱུས་ཀྱི་བར་དུ་གནས་པར་བཞེད་པས། རྒྱན་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ཡང་  
རྒྱན་ཅན་ཀྱི་སྐད་ཅིག་རི་སྟེད་ཡོད་པ་མ་རྒྱུས་ཀྱི་བར་དུ་གནས་དགོས་སོ། ། རྒྱན་ལ་རིགས་  
རྒྱན་དང་རྗེས་རྒྱན་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདི་དག་དུ་དབྱེད་པའི་གཞི་ནི་རིགས་རྒྱན་ཁོ་  
ནས་ལོ། ། འོ་ན་བསྐྱལ་ཆེན་ལྟ་བུ་བར་བསྐྱལ་བརྒྱུད་ཅུ་མ་རྒྱུས་ཀྱི་བར་དུ་གནས་སམ་མི་གནས།  
མི་གནས་ན་རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་མ་རྒྱུས་ཀྱི་བར་དུ་ལོ་གནས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། གནས་ན་  
སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལས་མི་གནས་པའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་དང་འགལ་ཏེ། བར་བསྐྱལ་བརྒྱུད་  
ཅུའི་ཡུན་ལ་མི་འཛིག་པར་གནས་པས་སོ་སྟུམ་ན། འདི་ནི་འཕགས་པ་ལྟས། རི་ལྟར་རྒྱན་ལ་  
ལྟ་ཉེས་ན། རྟག་པ་ཡོད་ཅེས་བྱར་འབྱུང་ལ། རི་ལྟར་ཆོགས་ལ་ལྟ་ཉེས་ན། དངོས་པོ་ཡོད་  
ཅེས་བྱ་བར་འབྱུང་། ཞེས་རྒྱན་ལ་ལྟ་ཉེས་པ་སྟེ་དེ་ཆ་བཅས་སུ་འཛིག་ཚུལ་མི་ཤེས་ན་རྟག་  
པར་འབྱུལ་པའི་ཉེན་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱན་ཆ་བཅས་སུ་འཛིག་ཚུལ་དངོས་དང་། ཞར་བྱང་སྟེ་  
ཆ་བཅས་སུ་འཛིག་ཚུལ་ལོ། ། དང་པོ་ནི། ཕྱི་རོལ་པ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱན་དང་སྟེ་ལ་སོགས་པ་ཆ་  
མེད་དུ་འདོད་མོད་ཀྱི། རང་ལྷགས་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་ཆ་བཅས་སུ་འདོད་ལ། དེའང་ལོ་ལྟ་བུ་ལ་  
མཚོན་ན་རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས་ཤིང་། ཆ་ཆ་ཅན་ངོ་པོ་གཅིག་པ་ཡང་ཡིན་པས་ཆ་  
ཤས་རྒྱ་བ་དང་པོ་འཛིགས་པས་ཆ་ཅན་ལོ་འཛིགས་པར་འཛིག་ལ། རིགས་པ་དེས་རྒྱ་བ་དང་

པོ་ཡང་ཉིན་ཞག་དང་པོ་འདྲིགས་པས་འདྲིག་པ་སོགས་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་བར་དུ་རིགས་བསྐྱེ་  
བ་ན་ཆ་ལས་སྐད་ཅིག་དང་པོ་འདྲིག་པ་ནས་ཆ་ཅན་པོ་འདྲིགས་པར་བྱུང་སྟེ། བསྐྱེ་ཆེན་  
སོགས་ལའང་དེས་མཆོན་ནས་སོ།། དེ་ལྟར་རྒྱན་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ཡང་རང་གི་རྒྱན་ཅན་  
གྱི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་འདྲིགས་ཅམ་ནས་འདྲིགས་ནས། སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འདྲིག་པ་རྟག་པར་  
གནས་པའི་སྐབས་མེད་ལ། རི་ལྟར་སྐད་ཅིག་སྔ་མ་དང་ལྟན་ཅིག་འདྲིག་པའི་ཆ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་  
བྱི་མ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེ་བའི་ཆ་ཡང་ཡོད་པས་རྒྱན་ཆད་པ་ཡང་མིན་པ་སྟེ། ཆ་བཅས་ཀྱི་གནད་  
གཅིག་ལུས་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་མ་ལུས་པར་སྤོང་ཚུལ་དེ་ལྟར་རོ།།

གཉིས་པ་ནི། སྤྱི་ཆ་བཅས་སུ་འདྲིག་མི་ཤེས་ན། རི་སྐད་དུ། མི་འགྲོ་དེ་ན་ཡོད་པའང་  
མིན།། བྱིས་ཡོད་ཆ་དང་ལྟན་པའང་མིན།། རྟེན་སྔ་མ་ནི་ཡོངས་མི་འདོད།། བྱི་མ་པོངས་པའི་  
རྒྱ་ཉིད་ཡིན།། ཞེས་པ་ལྟར་གྱི་ཉིས་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཕྱོགས་གང་དུ་བ་  
ལང་ཞིག་གསར་དུ་བྱུང་བ་ན་སྤྱིའི་བ་ལང་ཕྱོགས་དེ་ན་བྱུང་བར་ནི་འདོད་དགོས་ལ། བྱུང་  
ཚུལ་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཚུར་བྱུང་སྟེ་དེ་ན་པར་འགྲོ་བའང་མིན།། སྔར་ནས་དེ་ན་ཡོད་ཡོད་  
པའང་མིན།། བྱིས་ཡོད་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས་པའང་མིན།། རྟེན་སྔ་མ་དོར་ནས་དེར་འཕོས་པའང་མིན་  
པས། རི་ལྟར་བྱུང་ཅེས་བྲིས་ན་ལན་གྱིས་པོངས་པར་འབྱུང་ཞིང་། རང་ལུགས་སྤྱིའི་བ་ལང་ལ་  
འབྱུང་འབྱུར་གྱི་བ་ལང་གི་ཆ་ཡོད་པར་འདོད་པས་སྦྱོན་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ལོ།། མདོར་ན་བྱི་བ་  
དག་གིས་སྤྱི་གསལ་ངོ་པོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་དུ་འདྲིག་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱི་དོན་  
གཞན་དང་དེ་ཡང་ཆ་མེད་དུ་ཁས་སྦྱངས་དགོས་བྱུང་ལ། རང་ལུགས་ངོ་པོ་གཅིག་ཀྱང་ལྟོག་པ་  
ཐ་དད་དུ་འདྲིག་ཤེས་པས་སྤྱི་ལ་གསལ་བའི་ཆ་ལྷགས་པར་འདོད་ཅིང་། གསལ་བ་སྤྱི་འདྲིག་  
རི་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་སྤྱི་སྤྱི་འདྲིག་བྱེད་པར་ཡང་འདོད་དེ། དེས་རྒྱན་དང་འབྲུག་བར་སྤྱིའི་དངོས་  
པོ་ཡང་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བར་འདོད་དོ།། ཕྱོགས་སྔ་མས་ནི་སྤྱི་གསལ་དོན་གཞན་དུ་

འདོད་པས་དེའི་དབང་གིས་གསལ་བ་སྐྱེ་འཛིག་གེད་པས་སྐྱེ་སྐྱེ་འཛིག་གེད་པར་འཛིག་མི་ཐུབ་  
 ཅིང་། དེ་མི་ཐུབ་པས་སྐྱེ་རྟག་དངོས་སུ་འདོད་དགོས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། གྱི་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད།  
 དུས་ཀྱིས་ཀྱི་རྟག་གེ་བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་འདི་སྐད་དུ་འཛིན་ཏེ། གྱི་དང་དངོས་པོའི་གཞི་མཐུན་  
 གཏན་ནས་མེད། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་སྐྱོན་འབྱུག་སྟེ། འདི་ལྟར་སྐྱེའི་ཀ་བ་ཞེས་པ་དེ་མདུན་ན་ཡོད་  
 པའི་ཀ་བ་འདི་ལ་བྱུང་ནས་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་ཀ་བ་མཐའ་དག་ལ་བྱུང་བ་དང་འགལ་ཞིང་།  
 ཡོད་ན་ཀ་བ་འདི་མིན་པའི་སྐྱེའི་ཀ་བ་ཞེས་པ་ཞིག་གང་ན་རི་ལྟར་འབྱུག་སྐྱོན་དང་སྐྱོན་རྒྱ་མེད་  
 ནོ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ་ཡིན་ན་དངོས་མེད་རྟག་བཏགས་ཡིན་དགོས་པས། སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཀ་བ་རང་  
 མཆོན་པ་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་མགུན་པ་བཏེགས་ནས་སྐྱ་སྟེ། མཁས་ཆོས་  
 འགའ་ཞིག་ཀྱང་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། དེ་དེ་བཞིན་ཏེ། ཞེས་དག་པ་སྟེར་བར་ཡང་སྤང་ངོ་། གྱེ་མ་  
 གྱེ་བྱད་རང་རྩལ་འདི་ལྟར་དུ་གྱུར་ཀྱང་ད་དུང་རིགས་སྤྱིའི་ཡང་ཅེར་རྩོམ་པ་ཁྱོད་ནི་སྟིང་བཅེ་  
 བར་བྱ་བའི་འོས་ཏེ། དེས་ན་ཁོ་ཐོས་ཁྱོད་ལ་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱའི་ན་བ་བླགས་ཏེ་ཉོན་ཅིག །སྐྱེའི་ཀ་བ་ཞེས་པ་ལ་སྐྱེའི་ཆ་དང་ཀ་བའི་ཆ་  
 གཉིས་ཡོད་པས་གང་གི་དབང་དུ་བྱས། སྐྱེའི་ཆ་ལ་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་བྲིས་ན་ནི་རིགས་པ་  
 མི་ཤེས་པའི་རྣམ་འགྲུར་ངོམས་པ་སྟེ། རྣམ་འགྲུལ་ལས། ལྟོག་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཕྱིར། གནས་  
 དང་མི་གནས་རྟག་པ་མིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱེའི་ཆ་དེ་ནི་དངོས་མེད་ཡིན་པས། དངོས་  
 པོའི་བརྟག་པ་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་དཔྱད་རྩལ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
 བརྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། གལ་ཏེ་ཀ་བའི་ཆ་ལ་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་བྲིས་ན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་  
 རྩོངས་པའི་རང་མཆོང་ངོམས་པ་སྟེ། ལྟགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལས། མངོན་སུམ་མཐོང་བ་སྤྱར་  
 ཡང་འདི། ལྷུ་ཞིང་རྗེས་འབྲང་བླུན་པོའི་རྟགས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། མདུན་གྱི་  
 ཀ་བ་ལ་ཀ་བའི་ཆ་དམིགས་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་བས་ན་རྩོད་པ་དེ་དང་



དེ་འདྲ་བ་དག་ནི་སྤྱི་ལོ་ག་དང་རང་ལོ་ག་གི་ཆ་བྱེན་ས་འཛོག་མི་ཤེས་པ་ས་ཞོངས་པ་སྟེ། དོན་དུ་  
ཆ་ཆ་མེད་ཀྱི་ནམ་དབྱེད་ཕྱིས་ཕྱིན་པ་ཞིག་མི་ཤེས་པའི་སྤྱོད་ནོ།། ཇི་སྐད་སྤྲུམ་པ་དེ་ནི་འགལ་  
འདུ་ལྷག་ཆོད་དུ་སྤྲ་བའང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འོན་མཁུན་གྱི་ཀ་བ་འདི་ཡང་དངོས་མེད་ཡིན་པར་  
ཐལ། སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐད་ཅིག་སྤྱི་ཕྱི་རེ་རེ་བའི་ཀ་བ་ནམས་འདིའི་བྱེད་བྱ་ག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འཁོར་གསུམ་ལ་ལན་མེད་དོ།།

གཞན་ཡང་སྤྱི་གསལ་བའི་སྟེང་དུ་ཡོད་མེད་སྤར་ལྟར་དབྱད་ནས་སྤྱི་ལ་དངོས་མེད་  
ཀྱིས་ཁྱབ་པ་བསྐྱབ་རིགས་ན་ཡན་ལག་ཅན་ལའང་ཡན་ལག་གི་སྟེང་དུ་ཡོད་མེད་སྤར་ལྟར་  
དབྱད་ནས་དངོས་མེད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་བསྐྱབ་རིགས་པས། ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་དང་རྒྱང་ལག་སོགས་  
ཀྱང་དངོས་མེད་དུ་སྒྲོས་ཤིག་དང་ཆེས་ངོ་མཆར་བར་འགྱུར་རོ།། གཞན་ཡང་མེས་འཆོག་པ་དང་  
ཚུས་བསིལ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུང་པས། དེ་དག་དོན་བྱེད་ཀྱས་སྟོང་གི་  
དངོས་མེད་དུ་འདོད་ན་ནི་མངོན་སུམ་དང་འགལ་ལ། དངོས་མེད་མིན་ན་ནི་སྤྱི་ལ་དངོས་མེད་ཀྱིས་  
ཁྱབ་པ་དང་འགལ་ཏེ། དེ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་བྱེད་བསྐྱལ་པར་སྒྲོས་ཀྱང་མི་རྟོགས་སོ།།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ། ངོ་མོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་དང་། སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བའོ།། དང་  
མོ་ནི། མདོ་ལས། སྤྱིས་པའི་ཐ་མར་འཆི། འདུས་པའི་ཐ་མར་འབྲལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་  
དང་བསྐྱུན་ན་འཆི་བའི་མི་རྟག་པ་དང་། འབྲལ་བའི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་དབྱེར་ཡོད་  
མོད་ཀྱང་། བསྐྱུས་ན་རགས་པའི་མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱི་བའི་མི་རྟག་པ་གཉིས་སུ་འདུ་ཞིང་། དེའི་  
ཚུལ་ཡང་ལྟས་བྱིན་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། དེ་ཤི་བའི་འོག་དུ་མི་སྟོད་པ་ནི་གནག་རྩིས་ཀྱང་མངོན་  
སུམ་གྱིས་ངེས་ཀྱས་པས་ཤིན་ཏུ་རགས་ལ། དེ་ལས་སྐད་ཅིག་དང་མོའི་དུས་ཀྱི་ལྟས་བྱིན་སྐད་  
ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྟོད་པ་སྤྱི་བའོ།། དེ་ལས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་དང་མོའི་དུས་ཉིད་ནས་འཛིག་པ་སྤྱི་  
བས། མཐར་ཐུག་གི་མི་རྟག་སྤྱི་མོ་རྟོགས་པ་ལ་འདི་ངེས་པར་དུ་རྟོགས་དགོས་སོ།། དེས་ན་

སྤང་མཐའི་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཀྱི་ལྷས་བྱིན་དེའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྤྲོད་པར་རྟོགས་  
པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་མོའི་རྟོགས་ཚུལ་མ་རྟོགས་ན་གྲུབ་དུས་གཉིས་པར་མི་སྤྲོད་པར་  
རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་དེའི་རྟོགས་ཚུལ་ག་ལ་རྟོགས་ཏེ་མི་རྟོགས་མོད། འོན་ཏེ་དུས་བྱིས་སུ་པལ་  
ཆེར་གྱིས་དེའི་རྟོགས་ཆད་དུ་སྦྱ་བར་སྤང་བས་དབྱེད་དགོས་སོ། ། འོན་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་  
ཉིད་ནས་འཇིག་པར་གང་ལས་ཤེས་ཤེ་ན། འདི་ལ་ལུང་རིགས་གཉིས་ལས། ལུང་ནི་འཕགས་པ་  
ནམ་མཁའ་མདོག་གིས་འདུལ་བའི་མདོར། སྐད་ཅིག་མ་གང་ལ་སྦྱེས་པ་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ཉིད་ལ་  
འཇིག་སྟེ། སྐད་ཅིག་མའི་རྒྱུ་ལ་གནས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་། སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་  
ལ་སྦྱེས་ནས་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ཉིད་ལ་འཇིག་གོ། ཞེས་ཏེ། གཞན་ཡང་མང་ངོ་། །

རིགས་པ་ལའང་གཉིས་ལས། དང་པོ་གཞིན་བྱེད་ནི་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཉིད་ནས་  
མི་འཇིག་ན་དུས་དེར་རྟག་པར་ཐལ་བས། འདུས་བྱས་རྟག་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་འགལ་  
སོ། ། དུས་གང་དུ་མི་འཇིག་ན་དུས་དེ་ཉིད་དུ་རྟག་པར་གནས་དགོས་པ་ནི་རྣམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་  
གསུངས་ཏེ། གང་གི་རང་བཞིན་འཇིག་མེད་པ། དེ་ལ་མཁས་རྣམས་རྟག་ཅེས་བརྗོད། ཅེས་  
སོ། ། སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ནི། ལྷས་བྱིན་ཆོས་ཅན། རང་གྲུབ་པའི་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་དེ་  
ཉིད་དུ་འཇིག་སྟེ། དུས་དེ་ཉིད་དུ་སྦྱེ་བའི་བྱིར་ཞེས་པ་འདི་སྟེ། མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་བྱིར། ཞེས་  
པ་དང་དོན་འདྲའོ། ། གཞན་ཡང་སྦྱོན་མེ་འགགས་ཙམ་ནས་སྦྱོན་འོད་འགག་པ་དང་འབྲ་བར།  
གང་ཡང་རྒྱ་འགགས་ཙམ་ནས་འགག་དགོས་པས། དེས་ཀྱང་སྦྱེས་ཙམ་ནས་འགག་པར་གྲུབ་  
པ་སྟེ། གང་སྦྱེས་པ་དང་གང་གི་རྒྱ་འགགས་པ་དུས་མཉམ་པས་སོ། ། ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྦྱོབ་  
དཔོན་སྒོ་བརྟན་གྱི་དགོངས་པ་འོ། ། དེ་ལྟར་ན་འགགས་པ་ཞེས་ཡང་འཇུག་ཡོད་པ་ནི་འགགས་  
ཟེན་གྱི་དོན་ལ་དང་། མེད་པ་ནི་འགག་བཞིན་གྱི་དོན་ལ་གོ་དགོས་པས། སྐབས་འདི་དག་ཏུ་  
དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་དབང་བཙན་པར་བྱའི་ཡི་གེའི་ཐོབ་ཐང་ཙམ་ལ་གཙོ་བོར་མི་བྱ་སྟེ། གཞན་

དུ་དོན་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ཉེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འཛིག་པ་བྱིས་འབྲུང་གི་རྒྱ་ལ་སྟོས་པ་  
ལ་གཞོད་བྱེད་མང་དུ་བསྟན་ནས་རང་གི་རང་གིས་འཛིག་པ་འོས་མེད་ཀྱིས་འབྲུབ་པར་མཛད་  
པ་ཡང་། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་རིགས་སྟོལ་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་རང་གི་རང་གིས་འཛིག་པ། རྒྱེ་  
བའི་རྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིག་པ། རང་དུས་ནས་འཛིག་པ། སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཉིད་ནས་འཛིག་  
པ། རྒྱེས་ཅམ་ནས་འཛིག་པ་སོགས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི། མདོ་རྒྱལ་ལས་བཅུ་བཞིར་གསུངས་པ་སོགས་ཤིན་  
ཏུ་མང་མོད་ཀྱི། འདུས་བྱས་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་  
དང་བཅས་པ་ནས་འདི་ཁོ་ནར་ཅལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་བྱས་པ་  
ཞེས་པ་ནི་འདུས་བྱས་ཞེས་པའི་ཉེར་བསྐྱེད་ཆེག་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་འཛིག་བྱེད་ཐ་དང་དུ་སྐྱ་  
བ་ནི་གཞུང་གི་དོན་མིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དོགས་པ་སྟོང་བ་ནི། འདི་སྟམ་དུ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་དུས་སུ་  
གནས་སམ་མི་གནས། མི་གནས་ན་གཞན་དུས་སུ་དེ་བས་ཀྱང་མི་གནས་པས་འདུས་བྱས་  
གནས་པའི་སྐབས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། ། གནས་ན་རང་དུས་སུ་འཛིག་པ་དང་འགལ་ཏེ། དུས་  
གང་དུ་གནས་པ་དང་དུས་དེ་ཉིད་དུ་འཛིག་པ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་འགལ་བས་སོ་སྟམ་ན། གང་དུ་  
འཛིགས་ཟེན་དང་དེར་གནས་པ་འགལ་བ་བདེན་མོད་ཀྱང་། འཛིག་བཞིན་དང་མི་འགལ་ལ།  
རང་དུས་སུ་འཛིག་པར་གསུངས་པ་ཡང་འཛིག་བཞིན་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པས་གནས་འཛིག་  
འགལ་བའི་སྟོན་མེད་དོ། ། འོ་ན་འཛིག་བཞིན་ནམ་འགག་བཞིན་ཀྱི་དོན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདུག་  
པ་ལས། འགག་བཞིན་པ་ནི་ཡོད་ཀྱང་འཛིག་ལ་སྟོགས་པར་འདོད་ཀྱུར་པ། ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། དུས་གང་དུ་འགག་བཞིན་པ་ཡིན་ན་དུས་དེ་ཉིད་དུ་གནས་པ་ཞིག་དགོས་མོད་ཀྱང་ཞིག་  
པ་ལ་མདོན་དུ་སྟོགས་པ་ཡིན་དགོས་པས། དེས་ན་འདུས་བྱས་རྒྱེས་ནས་མ་འགགས་པའི་བར་

སྐབས་ནི་སློན་མེ་འགགས་ནས་སློན་འོད་མ་འགག་པའི་བར་སྐབས་རི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལས་  
མེད་དོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སློན་མེ་འགགས་ལ་སློན་འོད་མ་འགག་པའི་བར་སྐབས་ཤིག་ཡོད་  
དགོས་ཀྱང་དུས་ཡིན་ཏུ་ཐུང་བའི་དབང་གིས་མངོན་སུམ་གྱིས་ངེས་མི་བྱས་པ་ལྟར། འདུས་  
བྱས་སྐྱེས་ནས་མི་འགག་པའི་བར་སྐབས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ངེས་མི་བྱས་པས། མི་རྟག་པ་མོ་སོ་སྐྱེ་  
ལ་སྐྱོག་ཏུ་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་དོ། བྱས་སོགས་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་  
སྐྱབ་རྟོག་ཏུ་གསུངས་པའང་སྐྱེས་ལ་མ་འགག་པའི་བར་སྐབས་སྐྱད་ཅིག་པ་མོ་དེ་ཉིད་དངོས་  
ལྷལ་དུ་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཉེ། དེ་ལྟ་མིན་པར་བྱུབ་དུས་གཉིས་པར་མི་སྟོད་པ་དངོས་ལྷལ་དུ་  
སོང་བའི་ཆ་ནས་ཡིན་ན་དགག་རྟོག་ཏུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་ཉེ། དུས་གཉིས་པར་མི་སྟོད་པ་མ་  
ཡིན་དགག་ཏུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་སྐྱེས་ལ་མ་འགགས་པའི་བར་སྐབས་སྐྱོག་གྱུར་  
ཡིན་པའང་རྒྱན་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉེ། སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་ལ་མི་འདྲ་བར་འོག་  
ཏུ་འཆད་པ་ལས་ཤེས་སོ། དེ་ལྟར་སྐྱེས་ནས་དུས་མཐའི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་ཅམ་གྱི་ཡུན་  
ལའང་བརྟན་པོར་མི་སྟོད་པ་ལ་དགོངས་ཉེ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་རྒྱང་གིས་བསྐྱོད་པའི་རྒྱ་རྩ་  
ལྟར་ཤིན་ཏུ་གཡོ་བའི་བདག་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། གལ་ཉེ་ཚུལ་འདི་སྐྱད་ཅིག་གི་ཆ་ལ་རིགས་  
སུ་རྒྱག་ཀྱང་། རྒྱན་གྱི་ཆ་ལ་མི་རིགས་ཉེ། རྒྱན་གྱི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་ནས་སྤྱིད་པའི་  
མཐར་ཡང་མ་ཞིག་པར་སྟོད་པས་སོ་སྟམ་ན། སྐྱད་ཅིག་འདིག་པས་རྒྱན་འདིག་ཚུལ་དཔྱིས་  
ཕྱིན་པར་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་ལགས་པས། རྒྱན་གྱི་ཆ་ནས་ནམ་མཁའ་རི་སྤྱིད་དུ་སྟོད་ཀྱང་  
བྱང་སྟེ་སྐྱད་ཅིག་མི་འགྱུར་བར་སྟོད་པ་མིན་ནོ། འདི་ལ་བླ་མའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བྱིས་བདག་  
དཔལ་སྐྱེས་ལྟ་བུ་ལོ་བརྒྱར་སྟོད་མོད་ཀྱང་འགྱུར་སྟོག་མི་བྱེད་པར་སྟོད་པ་གལ་ཡིན་ཉེ་མིན་ནོ་  
གསུང་། དེ་ལྟར་སྐྱེས་ཅམ་ནས་འདིག་པ་མི་རྟག་པ་མོའི་གནས་ཚུལ་དུ་བཤད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་  
ལས་སྟོག་པ་རྟག་འདིན་པ་མོའི་ཞེན་ལྷལ་དུ་བྱུགས་ཀྱིས་གོ་བྱས་པས། གོང་དུ་སྐྱད་ཅིག་མའི་

ངོ་མོ་གྲུབ་དུས་གཉིས་པར་མི་སྡོད་པ་དང་། དེའང་ཆ་ཅན་ལོ་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱར་བ་ན་ཆ་ཤས་ཆེ་བ་  
བཅུ་གཉིས་རྫོགས་རྫོགས་སུ་མི་སྡོད་པ་ལ་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལ་འབྲུག་ནས་ཆེ་བ་  
བཅུ་གཉིས་རྫོགས་རྫོགས་སུ་མི་གནས་པ་ཙམ་ཞིག་ལོའི་སྤྱིང་གི་མི་རྟག་པ་མོའི་གནས་ཆད་དང་།  
དེ་ལས་ལོག་ཙམ་ཞིག་རྟག་འཛིན་པ་མོའི་ཞེན་ཡུལ་དུ་སྦྱར་བར་མི་བྱ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་ལོ་མི་རྟག་  
པ་མངོན་གྱུར་དུ་ཐལ་བ་སོགས་ཀྱི་གཞོན་བྱེད་དཔག་གིས་མི་ལང་བ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཅ་བའི་ས་བཅད་གསུམ་པ་མཆོན་མཆོན་གྱི་འབྲེལ་བ་འཆད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་  
དང་། མི་རྟག་གསར་སྦྱབ་ཀྱི་རིགས་པའོ། དང་པོ་ནི། བྱས་པའི་ངོ་མོ་སྦྱེ་བ་དང་། མི་རྟག་  
པའི་ངོ་མོ་འཇིག་པ་ཡིན་པས། སྦྱ་མས་བྱི་མར་མཆོན་པ་ནི་སྦྱེ་བས་འཇིག་པར་མཆོན་པ་ཡིན་  
ལ། དེའི་ཚུལ་ཡང་དུ་བས་མེར་མཆོན་པ་ལྟ་བུ་འབྲས་བུས་རྒྱ་དང་། ཆ་རིག་གིས་མེར་མཆོན་  
པ་ལྟ་བུ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ཅན་མཆོན་པ་གཉིས་ལས་བྱི་མ་སྟེ། མདོ་ལས། གང་ཅུང་  
ཟད་སྦྱེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་འགག་པའི་ཆོས་ཅན་ལོ། ཞེས་དང་། རྒྱལ་འབྲེལ་  
ལས། རང་བཞིན་ལ་ཡང་མེད་མི་འབྱུང་། ཡོད་པ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན། ཞེས་སོ། རིགས་  
པས་ཀྱང་འཇིག་རྒྱ་དོན་གཞན་ཁེགས་པས་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་  
སྦྱེས་ཙམ་ནས་རང་གི་རང་གིས་འཇིག་དགོས་ཏེ། ཡོད་པ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་  
ཙམ་སྦྱའི་རྒྱལ་བཅད་ཀྱང་དེ་ཉིད་དོ། གལ་ཏེ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་ན་འཇིག་པ་རྒྱ་བཅས་  
སུ་ཐལ་ཞིང་། དེ་ལྟ་བུ་སྦྱོབ་དཔོན་སྦྱོབ་རྟག་གིས། གནས་དུ་མདའ་འཕངས་པ་ན་ཡར་འཕངས་  
པ་ལ་ཚོལ་བ་དགོས་ཀྱང་མར་ལྷུང་བ་ལ་མི་དགོས་པའི་དཔེས། བྱམ་སོགས་རྒྱུར་སྦྱེ་བ་ལ་རྒྱ་  
དགོས་ཀྱང་པར་འགག་པ་ལ་མི་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན་མི་འགལ་ཏེ། དེ་ལྟར་  
གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ནི་ཡར་འཕངས་པ་ལས་ལོགས་སུ་མར་ལྷུང་བ་ལ་ཚོལ་བ་རྒྱུར་པ་མི་  
དགོས་པར་རང་གི་རང་གིས་སྦྱང་བ་དཔེར་མཛད་དེ་རྒྱུར་སྦྱེ་བ་ལས་ལོགས་སུ་པར་འགག་པ་

ལ་རྒྱ་མི་དགོས་པར་རང་གི་རང་གིས་འདྲིལ་པར་གསུངས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་རྒྱ་མི་དགོས་  
པར་གསུངས་པ་མིན་ཏེ། འདྲིལ་པ་རྒྱ་མེད་དུ་གསུངས་པའི་སྐབས་གཞན་དུའང་དེ་ལྟར་རོ། འཇིག་  
ས་ཀླུ་མེད་ཀྱི་ཞོག་གི་རང་སྤེ་བྲེ་སྤྲུམ་ཀྱང་སྤྱི་འདྲིལ་ཅིག་ཅར་བྲེད་པ་སྒོས་མི་འཆུན་ནས་རིམ་  
གྲིས་འབྲུག་པར་ཁས་སྒྲུངས་དགོས་བྱུང་སྒྲུང་བ་ལ་བལྟས་ན། སྤྱིར་སྤྱི་འདྲིལ་དུས་གཅིག་པ་  
དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་དབྱེར་མི་བྲེད་པའི་ཚུལ་འདི་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དགའ་  
བར་མཛོན་ནོ། དེ་ལྟར་རྟོགས་དགའ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། སྤྱི་ཞེས་བྲས་པ་ན་སྤར་མེད་གསར་  
དུ་བྱུབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། འགག་ཅས་བརྗོད་པ་ན་སྤར་ཡོད་ཤིས་མེད་པར་སོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ལ་མཛོན་ཏེ་ཆ་གང་བཞིན་དུ་ཆེས་མི་མཐུན་པའི་ཀླུ་མཚན་པོ་བ་ལས། རང་བཞིན་དབྱེར་མེད་  
དོན་གཅིག་པའི་ཚུལ་དུ་འཆར་དགའ་བའི་གནས་ཀྱིས་སོ། བྲས་མི་རྟག་གི་འབྲེལ་བ་ཤིན་ཏུ་  
རྟོགས་དགའ་བའི་གནས་སུ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཉིད་དོ། དོན་འདི་ནི་དབྱེ་མའི་  
སྐབས་སུ་གང་ཡང་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་ཚུར་བྱུབ་པའི་དོན་ཡིན་ན་ནང་གི་རྟོག་པས་པར་  
བཞག་པའི་དོན་མེད་ཅིང་། ཤི་མ་ཡིན་ནའང་སྤར་མའི་དོན་མེད་པས་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་  
རྒྱ་ལྟ་ཞོག་གི་གཞི་མཐུན་ཙམ་ཡང་འདྲར་མི་རུང་བར་འདུག་སྟུང་དུ་སྤྱོད་རྟེན་འབྲུང་འགལ་འདུ་  
འབའ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བ་ལས་འགལ་མེད་ཀྱོགས་སུ་འཆར་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དགའ་བའི་གནས་ཡིན་པ་  
བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་དུས་གང་དུ་ཚུར་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་དུས་དེ་ཉིད་དུ་པར་འདྲིལ་པ་དང་འགལ་  
ཞིང་། ཤི་མ་ཡིན་ནའང་སྤར་མ་ཡིན་པ་དང་འགལ་བས། དེ་གཉིས་གཞི་མཐུན་ཙམ་ཡང་འདྲར་  
མི་རུང་ན། དབྱེར་མེད་དོན་གཅིག་པར་ལྟ་ཅི་སྒོས་སྟུང་དུ་བྲས་མི་རྟག་འགལ་འདུ་འབའ་ཞིག་  
ཏུ་མཐོང་བ་ལས་རང་བཞིན་དབྱེར་མེད་དོན་གཅིག་ཏུ་འདྲིལ་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དགའ་བའི་གནས་ཡིན་  
ནོ། དེ་བས་ན་བྲས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྤྱི་མི་རྟག་པར་སྤྱུབ་པའི་ཚུལ་ལ་ངས་པ་རྟེན་པ་རྟེན་ཀྱང་  
ཁྱད་གཞི་སྤྱིའི་སྤྱོད་དུ་ཁྱད་ཆོས་སྤྱི་འགག་གི་དོན་གཉིས་པོ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ཏུ་འཆར་མི་



འཆར་ལ་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། སྤེལ་སྤྲོད་དུ་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱུང་བ་དེས་མ་དེས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་ལྟར་  
འཆར་མི་འཆར་ལ་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ལ། གཞན་ལུགས་དག་གཤམ་པར་ལུགས་བཞག་ཏེ་ལ་ཚུད་པ་སྤོང་བའོ།། དང་  
པོ་ནི། ཁ་ཅིག་སྤྱོད་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་བྱས་པ་བཞིན། ཞེས་པ་མི་  
རྟག་སྤྱོད་ཐོ་ཐོག་མར་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པར་སྤྱོད་པ་མི་འཐད་དེ། དེས་དཀའ་བ་དཔེར་བྱས་ཏེ་  
དེས་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱོད་པོར་བས་དཔེ་མི་འགྲིག་པའི་སྤྱོད་དང་། འདིའི་རྗེས་བྱུང་བ་ལ་སྤྱོད་དུ་  
བྱས་པ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་དགོས་ཤིང་། དེའང་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་དགོས་པས། མི་  
རྟག་གསར་སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་པར་མི་འཐད་པའི་སྤྱོད་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ།།

ཡང་དུས་བྱིས་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་ཁ་ཅིག་། སྤྱོད་ཆོས་ཅན། ལོག་ཤེས་ཡིན་ཏེ། རང་  
གི་ཞེན་ཡུལ་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་མ་བྱུང་བའི་བྱིར། ཞེས་པ་དེར་སྤྱོད་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་  
མི་འཐད་དེ། ཟེར་རྒྱས་སོངས་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་འབྲུལ་ཆོད་ལྡན་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་གང་ནས་ཀྱང་  
མ་བཤད་པའི་བྱིར་དང་། སྤྱོད་ཆོས་ཅན་ལོག་ཤེས་སུ་རྟོགས་པ་ལ་དེ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པ་  
སྤྱོད་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དེའང་རྟགས་སྤྱོད་གཞན་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་དགོས་པའི་  
བྱིར་རོ།། དེར་མ་ཐད་བྱས་འཛིན་རྟོག་པ་ལྟ་བུའི་ཞེན་ཡུལ་ཡང་ཐ་དད་དུ་མ་བྱུང་བས་གཅིག་ཐ་  
དད་གང་རུང་དུ་མ་བྱུང་དགོས་ལ། དེའི་ཆེ་བྱས་འཛིན་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
ཞེས་བརྗོད་ན་འཁོར་གསུམ་ལ་ལན་མེད་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ།། འདི་ནི་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་  
མ་བྱུང་བ་དང་གང་དུ་འང་མ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་བྱེད་པའི་སྤྱོད་ཏེ། རྒྱས་པར་འོག་ཏུ་  
དབྱེད་པ་ལས་ཤེས་སོ།།

གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ནི། སྤྱོད་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་  
འཆི་ཁ་མའི་མར་མེ་བཞིན། ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱོད་ནི་བྱས་ཡིན་འདི་འདྲ་

ཀྱམ། མི་རྟག་ཅེས་ནི་བརྗོད་པས་ཀྱང་།། དོན་གྱིས་དེ་ནི་འཇིག་རྫོང་འགྲུང་།། ཞེས་དང་། དཔེར་  
ན་དེ་ཉིད་འཇིག་ཁ་མ།། སྔོན་ལ་བརྟེན་པར་མི་འདོད་བཞིན།། ཞེས་འབྲུང་བས་ཤེས་སོ།།

གསུམ་པ་ནི། འོ་ན་གང་ལ་སྦྱར་བ་འགོད་ཡུལ་གྱི་ཆོལ་བ་ཡང་དག་དེས་འཆི་ཁ་མའི་  
མར་མེ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་སམ་མི་རྟོགས། མ་རྟོགས་ན་གང་ལ་རྗེས་ཁྱབ་མ་གྲུབ་པས་དེ་  
ལ་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་མི་རུང་ངོ་།། རྟོགས་ན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་སམ་རྟགས་ལས་རྟོགས།  
དང་པོ་ལྟར་ན་ཕྱིར་ཆོལ་དེ་ཉིད་འབགས་པའི་གང་ཟག་དུ་ཐལ་ཞིང་། གཉིས་པ་ལྟར་ན་མི་རྟག་  
གསར་སྦྱབ་གྱི་རིགས་པར་མི་འཐད་པ་སྤར་བཞིན་ནོ།། ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དཔེ་མི་  
རྟག་པ་མངོན་གྱུར་ཡིན་པས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་འབགས་པར་ཐལ་བའི་སྒྲིན་མེད་  
ལ། མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པར་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་གནད་གིས་ཏེ། གང་ཡང་མི་རྟག་པའི་རྣམ་པར་འཆར་ཚུལ་ནི་དེ་འགག་པ་ལ་  
མངོན་དུ་སྟོགས་པའི་རྣམ་པར་འཆར་ཚུལ་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ཐར་  
ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། ཁ་དོག་མི་རྟག་པ་དེ་ཡང་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
ཏེ། ཁ་དོག་འགག་ཁ་མའི་དངོས་པོ་ལས་དེའི་མི་རྟག་པའི་གྲུབ་བདེ་གཞན་དུ་མེད་པར་དེ་  
གཉིས་ཁ་དོག་ཐ་མ་འཛིན་པར་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གཅིག་གི་ངེས་ཤེས་འདྲེན་རྒྱས་གྱི་ཡུལ་  
དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།། ཞེས་སོ།། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱད་ཆོས་མི་རྟག་པ་གཅིག་ཉིད་ཁྱད་གཞི་  
སོ་སོའི་དབང་གིས་སྤར་གས་སོ་སོར་འགྲུང་བའི་སྐབས་ཡོད་དེ་བདག་མེད་སོགས་ལའང་དེ་  
བཞིན་ནོ།། དེས་ན་གང་དག་གནད་འདི་མ་རྟོགས་པའི་དབང་གིས་འདི་སྐད་དུ་འཛེར་ཏེ། མི་  
རྟག་གསར་སྦྱབ་གྱི་རིགས་པ་ལ་མཐུན་དཔེར་གང་བཟུང་ཡང་དེ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་དགོས་  
ཤིང་། དེའང་རྟགས་གྱིས་རྟོགས་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་དེའི་མཐུན་དཔེ་ཡང་རྟགས་གྱིས་རྟོགས་  
དགོས་པ་སོགས་གྱིས་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ།། ཞེས་བརྗོད་ན་འདི་ལ་སྤར་ཡང་ལན་ཐེབས་

བ་མ་བྱུང་ཞིང་། བྱིས་ཀྱང་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་གཟེངས་བསྟོན་དེ་སྤྲོ་མོད་ཀྱི། ལན་མི་ཐེབས་  
 རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། དཔེ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པས། ཏྲགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པར་ཤིན་ཏུ་  
 ཡང་མ་གྲུབ་ཅེས་སྒྲུར་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ནའང་མར་མེ་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་མཐོང་ཆད་  
 ཀྱིས་དེ་མི་ཏྲག་པར་ཏྲགས་པའི་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། རྣམ་འབྲེལ་ལས། འབྲ་བ་གཞན་ནི་ཡོད་  
 པའི་བྱིར་། ལ་ལར་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་ཏེ། འབྲུལ་བྱིར་གོང་གི་ཐ་དད་བཞིན། ཐ་དད་མཐོང་  
 པ་མེད་པའི་བྱིར་། ཞེས་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་བྱས་སོ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཡིན་ཆད་སྐྱད་  
 ཅིག་མ་རེ་རེ་ཞིང་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པར་གཏན་མི་འཐད་དེ། རི་པོ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་འགའ་  
 ཞིག་དུས་ནམ་ཡང་མི་འབྱུར་བར་བྱང་ངེར་སྟོད་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བཞིན་པ་འདི་ལྟར་རོ་  
 སྒྲུལ་ན། དེ་ལྟར་མཐོང་བ་ནི་ནང་གི་འབྲུལ་རྒྱ་ཏྲག་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་དང་། བྱིའི་འབྲུལ་རྒྱ་  
 རིགས་འབྲ་བར་མ་ཆད་དུ་འབྲུག་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱེན་པས་ལོག་པར་མཐོང་བར་ཟད་ཀྱི། དོན་  
 མི་འབྱུར་བས་མིན་ཏེ། སྐྱད་ཅིག་ལྗེའི་ཡུན་ཆད་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། དེའི་ཆ་  
 རལས་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་འགགས་ཅམ་ནས་ལྗེའི་བདག་ཉིད་བཏང་སྟེ་བཞིའི་ཡུན་ཆད་ཅན་དུ་  
 འབྱུར་བ་བཞིན་དུ་རི་པོ་སོགས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་འབྱུར་ནས་འགོ་བས། འབྱུར་མེད་དུ་སྟོད་  
 པའི་སྐྱབས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ཆོལ་བ་ནི་གཅིག་ཏུ་ན་མངོན་སུམ་ལ་བསྟོན་པའང་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་ལྟར་དབྱར་དུས་ཀྱི་རི་པོ་སྟོན་པོ་དགུན་དུས་སུ་འགགས་ནས་མེད་པ་དང་། དགུན་  
 དུས་ཀྱི་རི་པོ་སྐྱེ་བོའང་དབྱར་དུས་སུ་འགགས་ནས་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་འཕོ་འབྱུར་རགས་པ་ནི་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། གལ་ཏེ་དབྱར་དུས་ཀྱི་རི་པོའི་སྟངས་གི་སྟོན་པོའི་ཆར་  
 འབྱུར་ནས་དགུན་དུས་སུ་མི་གནས་པ་དེ་ལྟར་ཡང་རི་པོའི་ཆ་ལ་འབྱུར་སྟོག་འགོ་བ་མིན་ཏེ།  
 གང་གི་བྱིར་ན་དབྱར་དུས་ཀྱི་རི་པོ་ཇི་འབྲ་བ་དགུན་དུས་སུ་འང་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་འབྲུག་པ་མངོན་  
 སུམ་དུ་མཐོང་བས་སོ་སྒྲུལ་ན། འདི་ནི་རང་བཞིན་ཏྲག་ལ་གནས་སྐྱབས་མི་ཏྲག་ཟེར་བའི་གྲུབ་

མཐའ་འདོད་ཚུལ་ཉིད་ཡིན་པས། རི་བོའི་རང་བཞིན་ཆོས་ཅན། མ་བྱས་པར་ཐལ། ཉག་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་དགག་པར་བྱའོ། མདོར་ན་དངོས་པོ་གང་ཡང་སྤྲུལ་རིམ་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་སྤྲུལ་གནས་  
པར་སྤང་བ་ནི་མགལ་མེ་བསྐྱོར་བ་ལ་འཁོར་ལོར་སྤང་བ་དང་འདྲ་བར་རིགས་འདྲ་སྤྱི་བར་  
མ་ཆད་དུ་འབྱུག་པ་ལ་དུས་སྤྱི་གཅིག་དུ་འབྲལ་བས་བྱས་པ་སྟེ། ཕྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
རྒྱལ་ཕྱན་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཉག་པར་སྤྲུལ་བའི་འབྲལ་གཞི་ཡང་འདིས་བྱས་  
པར་གསུངས་སོ། དུས་འདྲེས་པར་འདྲིན་ཚུལ་ཡང་དེ་ཉིད་དེ། དེ་བས་ན་གང་ལ་དམིགས་  
ནས་དུས་འདྲེས་པར་འདྲིན་ཚུལ་དང་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཉག་པར་འདྲིན་ཚུལ་གནད་གཅིག་  
པས། གཞི་གང་གི་སྟངས་དུ་མི་ཉག་པར་མོ་ཆད་མས་ཉོགས་པ་ལ་གཞི་དེའི་སྟངས་དུ་དུས་སྤྱི་མ་  
འདྲེས་པར་འབྱེད་ཞེས་དགོས་སོ། འདི་ནི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་ཉག་པ། ཞེས་པའི་ཆོག་  
ལྟ་བུ་ལ་དཔེ་ལྷངས་ནས་བཤད་ན་གོ་བདེ་བས། འདི་ལྟར་ཆ་ཅན་གྱི་ཆོག་དེ་ཆ་ཤས་གྱི་ཆོག་  
བདུན་ཡོད་ཅིང་། བདུན་པོ་གོ་རིམ་མཐར་ཆགས་སུ་འབྱུག་པས། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་བྱུབ་པ་ན་སྤྱི་མ་  
སྤྱི་མ་འགགས་ནས་མེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། བྱས་ཞེས་པའི་ཆོག་བྱུབ་པ་ན་འདུས་ཞེས་པའི་ཆོག་  
འགགས་ནས་མི་གནས་པ་མདོན་སྤུམ་གྱིས་བྱུབ་པ་བཞིན་ནོ། དེ་ལྟར་ཆོག་བདུན་པོ་རེ་རེ་  
ཞིང་སྟེ་འདིག་རིམ་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་རྒྱན་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་མ་  
རེ་རེ་ཞིང་སྟེ་འདིག་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱན་མཐུད་ནས་འབྱུག་པ་ལས། རྩོལ་ག་བརྒྱད་ཀྱི་ཚུལ་  
དུ་སྐད་ཅིག་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་མི་འགྱུར་བར་ཕྱི་མ་ཕྱི་མར་མཆམས་སྤྱར་ནས་འབྱུག་པའི་གནས་མེད་  
པ་ནི། འདུས་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་རྣམ་པ་མི་འགྱུར་བར་བྱས་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་རོ་བོར་འཕོས་  
པའི་གནས་མེད་པ་བཞིན་ནོ། འོ་ན་རིམ་སྐད་བཤད་པའི་ཆོག་བདུན་པོ་འབྱུག་པ་སྤྱིར་ཡང་ཕྱི་  
མ་ཕྱི་མའི་དུས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་འགགས་ནས་མི་གནས་པ་མདོན་སྤུམ་གྱིས་དེས་པ་འདྲིན་བྱས་  
ལ། ཉིན་སྤྱིའི་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་དུས་རིང་པོས་བར་དུ་ཆོད་ཀྱང་སྤྱི་མ་ཕྱི་མའི་དུས་སྤྱི་མི་གནས་

པ་མངོན་སུམ་གྱིས་ངེས་མི་བྱས་པ་ཅི་ཡིན་སྟེ་ན། ཉིན་སྤྱི་ཕྱི་ལྷན་པ་རིགས་འདྲ་ཞིང་ཆོག་  
སྤྱི་དེ་ལྟ་མིན་པའི་གནད་གྱིས་ཏེ། སྤྱི་ལ་རིགས་འདྲའི་རྒྱུ་མེད་པས་གཞན་ལས་མི་རྟག་པ་  
ངེས་སྤྱི་བར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཉིད་དོ། འོ་ན་ཆོག་སྤྱི་མ་ཕྱི་མར་མི་སྟོང་བར་ངེས་  
པ་དེ་ཆོག་སྤྱི་མའི་སྟེང་དུ་མི་རྟག་པ་མོ་ངེས་པ་ཡིན་ནམ་མིན་ངེ་རྟག་ཞེ་ན་མིན་ཏེ། དེ་ངེས་པ་  
ལ་ཆོག་སྤྱི་མ་གྲུབ་ཅུམ་ནས་འཛིག་པར་ངེས་དགོས་ཀྱི། གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་མི་སྟོང་བར་ངེས་པ་  
ཅུམ་གྱིས་མི་ཆོག་པའི་ཕྱིར་དོ། གྱེ་མ་འདུས་བྱས་སྤྱི་མ་ཅུམ་ནས། འཛིག་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་  
ལགས་མོད། ད་དུང་མི་ཤེས་སྟེན་པ་ཁྱོད། རྟག་འཛིན་གདོན་གྱིས་བསྐྱུས་མིན་ནམ། ཞེས་  
ཀྱང་སྤྱི་མོ།

གཉིས་པ་ཐག་བཅས་སྤྱི་བསྐྱུས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དོགས་གཙོད་  
དོ། དང་པོ་ནི། མདོ་མང་པོར། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་པའོ། གང་མི་རྟག་པ་དེ་ནི་  
སྤྱི་བསྐྱུས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པས། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་མི་རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པའི་  
རྟགས་གྱིས་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་དུ་དཔོག་དགོས་པ་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
དེ་ཕྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་སྤྱི་བསྐྱུས་ལས་ནི་བདག་མེད་གསུངས། ཞེས་སོ། འོ་  
ན་མི་རྟག་པའི་སྟོན་པེས་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་སྤྱི་བསྐྱུས་པའི་གང་། ཤེས་པར་བྱེད་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞེ་ན།  
འདི་ལ་གཉིས། ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་དང་། དེ་ཤེས་པར་བྱེད་ཚུལ་སོ། དང་  
པོ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདུ་བྱེད་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་དགོངས་ནས། སྤྱི་བསྐྱུས་པ་སྟོན་པར་  
གསུངས་པ་ཡིན། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་མི་རྟག་པའི་སྟོན་པེས་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་དང་། བསྐྱུས་པའི་སྟོན་པེས་  
པར་བྱ་བར་གསུངས་པའི་སྤྱི་བསྐྱུས་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བསྐྱུས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཆོར་བ་  
དང་འགྱུར་པའི་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་གཉིས་ནི། རིམ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བྱེད་པས་ཀྱང་ཤེས་ཐོན་  
པས། མི་རྟག་པ་མོད་སྟོན་པེས་པར་བྱེད་མི་དགོས་པའི་གནད་གྱིས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། འདི་དགའ་བའི་གནས་ཤིག་སྟེ། མཁས་དབང་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་  
པས། མི་རྟག་པའི་རྟགས་ལས་སྟག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དེའི་ཚུལ་  
རི་ལྟར་བསམས་ཀྱང་སྟོ་ལ་སྟེ་ཙམ་ཡང་འཆར་རྒྱ་མི་འདུག་ལ། ཞེས་སོགས་སྟེ་དག་གསུང་  
ལུགས་ལ་བརྟམ་ན་ཤེས་ཀྱས་སོ།། དེས་ན་འདིའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིས་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་  
གྱིས་ཁྱད་པར་རོ།། དང་པོ་ནི། འཕགས་བསྟོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་སྟོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆས་  
མཛད་པ་ལས། གང་སྟོད་པའི་ཅེ་མོའི་ཕྱང་པོ་དེ་ཡང་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ཞིང་འདུ་བྱེད་དང་ལྷན་  
པའི་ཕྱིར་མི་འདོད་པར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟག་བསྐལ་བར་བཞེད་  
ན་དཔུལ་བའི་བར་ལྷ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ།། དེའང་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱན་  
ཆོགས་གཞན་དང་གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོད་ཅེའི་ཕྱང་པོ་ལྷ་བྱུང་དགའ་བར་བྱ་བའི་གནས་མིན་ཏེ།  
སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ཞིང་སྟེ་འཛིག་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱི་རྒྱན་ཟད་ནས་མཐར་སྟག་བསྐལ་  
གཞན་དུ་མཆམས་སྟོར་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་དཔུལ་བའི་ཕྱང་པོ་བཞེན། ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་རྟག་  
པ་སྤྱིས་འདུ་བྱེད་སྤྱིར་སྟག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་ཚུལ་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟགས་  
འབྱུང་བའི་གནས་ཡིན་པ། དགའ་བར་བྱ་བའི་གནས་མིན་པ། མི་འདོད་པར་བྱ་བའི་གནས་ཡིན་  
པ་རྣམས་སྐབས་འདིའི་སྟག་བསྐལ་དང་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྱངས་སོ།།

གཉིས་པ་ལ། དགས་པས་དགས་པར་དང་། སྤ་བས་སྤ་བར་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་  
ནི། སྤྱིས་པའི་བ་མ་འཆི།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་ན། ད་ལྟ་བདེ་བར་འཆོ་ཡང་ནམ་  
ཞིག་གཤོན་མི་བ་བར་འཆི་བར་འགྱུར་བའི་ངང་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བསམས་པ་ན་སྟོ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
དེ་ནི་འཆི་བའི་མི་རྟག་པས་གསོན་པ་སྟག་བསྐལ་དུ་གོ་བར་བྱེད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་ལ། དེ་  
ལྟར་ན། ད་ལྟ་བདེ་བར་འཆོ་བ་ཆོས་ཅན། སྟག་བསྐལ་བ་ཡིན་ཏེ། རམ་ཞིག་འཆི་བར་འགྱུར་  
བའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ད་ལྟ་ཁང་བཟང་དུ་ལོངས་སྟོན་དང་བཅས་ཏེ་བདེ་བར་



གནས་ཀྱང་། རྣམ་ཞིག་གསོད་པར་ངེས་པའི་ཉེས་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བུ་བཞིན། ཞེས་བྱ་སྟེ། འདུས་  
པའི་ཐ་མ་འབྲལ་བ་སོགས་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་བར་བྱའོ། ། མདོར་ན་སྤྱིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་  
གང་དང་གང་ཡིན་ཀྱང་མཐར་ཁྱད་པས་མ་བསྐྱས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་ཏེ་  
སྦྱོར་བ་བསྐྱེད་པ་ནི། མི་རྟག་རགས་པའི་སྒོ་ནས་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་རགས་པ་ཙམ་དུ་བསྒྲིམ་  
ཚུལ་ཏེ། སྒོན་བདག་ཅག་གི་སྒོན་པས་ན་ཀླ་འཆི་བ་སོགས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་གཟིགས་པ་ན་བདག་  
ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཅན་ལོ་སྟོན་དུ་ལང་ཆོ་གཞོན་པ་དང་ནད་མེད་པ་སོགས་ལ་སྟོང་པོ་མེད་  
པར་གཟིགས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱང་སྤངས་ཏེ་རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཚུལ་མཛད་པ་ཡང་འདིའི་སྒོ་ནས་  
ཡིན་པས། ཐོག་མར་འདི་ཙམ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ནའང་དགེ་མཚན་ཡིན་ཏུ་ཆེ་བར་མངོན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཉེས་ཅན་གསོད་པར་འབྲིད་པ་དང་འབྲེལ་བར་སྐྱད་ཅིག་མ་རེ་ངེས་ཀྱང་  
འཆི་བ་ལ་རྗེ་ཉེར་འཁྲོ་བའི་ཚུལ་བསམས་པ་ན་སྤྱི་མ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྦྱོར་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ན་  
མི་རྟག་ཕྱ་མོས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱ་མོ་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་མཚོན་པས་བྱས་ལ། དེ་ལྟ་ན་ད་ལྟ་གསོན་པའི་  
གནས་སྐབས་ཆོས་ཅན། ཆེས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་ཡིན་ཏེ། མཐར་འཆི་བ་ཙམ་དུ་མ་ཐད་སྐྱེས་ནས་  
སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་སྤྱོད་དབང་མེད་པར་དུས་ཀྱི་པོ་ཉེས་འཆི་བདག་གི་བྱང་དུ་བཞུགས་པའི་བྱིར། དཔེར་  
ན་ཉེས་ཅན་གསོད་པར་འབྲིད་པ་ན་གོམ་པ་རེ་ངེས་ཀྱང་གསོད་པ་ལ་ཉེ་བ་བཞིན། ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་མི་རྟག་ཕྱ་མོས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱ་མོ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཏེ། གཞན་ལའང་རྗེ་ལྟར་རིགས་པར་སྦྱར་  
རོ། ། མདོར་ན་སྤྱིད་འབྲོར་མཐའ་དག་མཐར་ཁྱད་པས་སྤྱད་པར་མ་ཐད། ད་ལྟ་ནས་རྒྱད་པ་ལ་ཉེ་  
བར་ཕྱོགས་པའི་ཚུལ་བསམས་ཏེ་སྤྱིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་གང་ལའང་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་  
བྱ་ས་མེད་པར་བལྟས་ལ། སྟོང་གི་ཁོང་དང་རུས་པའི་གཉིང་ནས་སྦྱོར་བ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་  
ལྟར་བྱས་ན་མི་རྟག་ཕྱ་མོའི་སྒོ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱ་མོ་བསྒྲིམ་པའི་དོན་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ། གནད་  
འདི་རྟོགས་ན་ཁམས་གོང་མའི་ཐག་བཅས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་རང་དུས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་

སྒྲིལ་བ་ལ། མི་རྟག་སྤྱོད་མོ་རྟག་ས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལ་ངེས་པར་ལྟོས་ཞེས་ཀྱལ་ཆ་བ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པས་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་ལའང་ངེས་པ་སྟེར་བར་འགྱུར་རོ། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་  
གི་སྤྱིར་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་ཐར་འདོད་ལྷགས་པ་དགོས་ཤིང་། དེ་འབྱུང་བ་ལ་འདུ་བྱེད་སྤྱག་  
བསྐྱལ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་འབྱུང་ལྷགས་པ་དགོས་ལ། དེ་ལའང་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་  
མཐོང་བའི་ངེས་ཤེས་ལྷགས་པ་དགོས་ཏེ། འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་ཤེས་བྱེད་ནི་མི་རྟག་པ་ལས་  
གཞན་མེད་པས། སྤྱོད་པའི་ཡིད་འབྱུང་ཆེ་ཆུང་ནི་མི་རྟག་པའི་ངེས་ཤེས་ཆེ་ཆུང་གི་རྩིས་སུ་བྱེད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། རོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སྤྱགས་བསྐྱེད། བར་དུ་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་བསགས། མཐར་  
མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ། ལུས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱལ་ནས་ཐར་པའི་  
གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་སྤྱད་དུ་ཆོས་གསུངས་པ་ན་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་  
རྟག་པའོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་བར་ཡོད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱལ་དུ་བསྐྱབ་ན་རྣམ་མཁྱེན་སོགས་གྱིས་  
མ་ངེས་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་སྟམ་ན། རོགས་པ་འདིས་བསྐྱེད་པས་ནས་མི་རྟག་གང་ཡིན་སྤྱག་  
བསྐྱལ་དུ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་ལ་ཅི་བྱ་གཏོལ་བྲལ་དུ་སོང་བ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ངམ་  
སྟམ་སྟེ། ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པས། སྤྱིར་མི་རྟག་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་བྱུང་ཅེས་གསུང་  
དགོས་བྱུང་བ་དང་། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས་སྤྱར་ལྷར་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱང་རོགས་པ་  
འདི་མ་ཆོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འདུག་པའི་སྤྱིར་རོ། འོ་ན་ངེ་ལྷར་སྟམ་ན། འདི་ལ་དུག །འདིར་  
བསྟན་མི་རྟག་པ་ངོས་བཟུང་བ། དེས་སྤྱག་བསྐྱལ་དུ་ངེ་ལྷར་དཔོག་པའི་ཆུལ། འདུ་བྱེད་སྤྱག་  
བསྐྱལ་རིག་མི་རིག་གི་གང་ཟག་ངོས་བཟུང་བ། དེའི་ཉིས་དམིགས་རིག་ནས་ཡིད་འབྱུང་སྤྱིས་  
པའི་ཆོད། དེ་སྟོན་བྱུང་གི་རབས་དང་སྐྱར་བ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་སྤྱག་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་

ཚུལ་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། འདི་ལྟར་ལུས་ཅན་འཁོར་བར་འཆིང་བ་ནི། གཙོ་བོ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
 བྱང་པོ་ལ་རྟག་པ་དང་བདེ་བ་སོགས་སུ་བརྩུང་བའི་སྦྱོན་ཡིན་གྱི། རྣམ་མཁུན་སོགས་ལ་དེར་  
 བརྩུང་བའི་དབང་གིས་མིན་པས། གང་ལ་མི་རྟག་སོགས་སུ་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གཞིའི་གཙོ་  
 བོ་ཡང་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་བྱང་པོ་ཉིད་ལ་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་  
 དགོས་པས་ལུས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་དོན་དུ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་  
 ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་གསུངས་པའི་འདུས་བྱས་ཀྱང་སྤྱི་ཙམ་ལ་མི་བྱ་བར་ལས་ཉོན་  
 ཀྱིས་འདུ་བྱེད་པ་ལ་བྱངས་དགོས་པར་སྐབས་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུབ་ཅིང་། དེ་ལྟར་བྱངས་པའི་ཆད་  
 ལུན་གྱི་བཤད་པའང་མང་དུ་བྱུང་ངོ་། དེ་ལྟར་འདིར་བསྟན་འདུས་བྱས་ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་  
 བྱས་པ་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་སྦྱེ་བ་ལ་བྱ་དགོས་ན། འདིར་བསྟན་མི་རྟག་པའང་སྤྱི་ཙམ་ལ་མི་བྱ་  
 བར་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཇིག་པ་ལ་བྱ་དགོས་ཏེ། རྩ་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུབ་པའི་བྱིར་ངོ་།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་བྱས་ན་འདིར་བསྟན་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱུལ་དུ་རྩེ་ལྟར་བསྐྱུལ་  
 པའི་ཚུལ་ནི། གནས་པ་ལ་རང་དབང་མེད་པར་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་འཇིག་པའི་བྱིར་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱགས་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་གནས་སོ། ཞེས་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་པས་འགལ་  
 མ་ངེས་མ་བྱུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོན་གང་ཡང་མེད་དོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བཤད་བྱའི་མདོ་  
 མང་པོར། མི་རྟག་པའི་བྱིར་སྤྱག་བསྐྱུལ་སོ། སྤྱག་བསྐྱུལ་བའི་བྱིར་སྟོང་པའོ། སྟོང་པའི་བྱིར་  
 བདག་མེད་པའོ། ཞེས་དང་། གང་འདུས་བྱས་པ་ནི་མི་རྟག་པའོ། གང་མི་རྟག་པ་ནི་སྤྱག་  
 བསྐྱུལ་པའོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་དགོངས་པར་བསམས་ནས། མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ། འདུས་  
 བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་འགོད་ན། སྤྱག་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདིར་བསྟན་མི་རྟག་པ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཞེས་ཀྱང་ངེས་པར་དུ་འགོད་དགོས་ཏེ། མདོའི་དོན་ལ་ཉེ་རིང་བྱར་མི་རུང་བའི་བྱིར་  
 རོ། དེ་ལྟར་ནའང་ཡིག་ཆ་མང་པོར་སྤྲོམ་ལྟར་བཀོད་ནས་བྱི་མ་ལྟར་མི་འགོད་པའི་རྒྱ་མཆན་

གང་ཡིན་ནམ་ལེགས་པར་བསམ་པར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་ནི། རི་ལྷར་མིག་ཏུ་སྤྱུ་པ་མོ་སོང་ནའང་རིག་ལ། ལག་མཐེལ་དུ་དེ་ལྷ་མིན་པ་  
ལྷར། འཕགས་པས་འདུ་བྱེད་པ་མོ་རིག་ལ། བྱིས་པས་མིན་པར་གསུངས་ཏེ། མདོ་ལས་བྱིས་  
པ་ལག་མཐེལ་འདྲ་བ་ཡིས།། འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱུ་མི་རིག །འཕགས་པ་མིག་དང་འདྲ་བ་  
ཡིས།། དེ་ཡིས་ཡིད་ཀྱང་ཞིན་ཏུ་འབྱུང་།། ཞེས་སོ།། དེ་ལྷར་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་མདོན་སུམ་  
དུ་རིག་མི་རིག་ཀྱང་མི་ཏྲག་པ་མོ་མདོན་སུམ་དུ་རིག་མི་རིག་ལ་ཐུག་སྟེ། རྒྱ་མཚན་སྤར་བ་འདྲ་  
བ་ལས་ཤེས་སོ།།

བཞི་པ་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་རིག་ནས་དེ་དང་མཐུན་པའི་ཡིད་འབྱུང་སྐྱེས་པའི་  
ཆད་ནི། རི་སྐད་དུ། མཁས་པ་རྣམས་ལ་མཐོ་རིས་ཀྱང་།། དཔུལ་བ་དང་མཚུངས་སྐྱོ་བར་  
འབྱུང་།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར། མཐོ་རིས་ཆད་ས་པའི་བདེ་བ་ལྷ་བྱ་ལའང་དཔུལ་བའི་སྤྱག་  
བསྐྱལ་དང་མཚུངས་པའི་ཡིད་འབྱུང་སྐྱེ་འོས་པ་སྟེ། དེ་གཉིས་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་དུ་མཚུངས་  
པའི་ཕྱིར་དང་། རོན་ལ་རི་ལྷར་མཚུངས་པ་དེ་ལྷར་སྒོས་ཀྱང་ཉོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེས་  
ན་ངེས་འབྱུང་བཅས་མིན་སྐྱེས་པའི་ཆད་ནི་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྷ་མིན་པར་ཆེ་འདིའི་  
རྒྱུ་རྒྱུ་འགའ་ཞིག་གིས་སུན་ཏེ་དེས་ཡིད་འབྱུང་བ་ཅུ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྐྱེས་པ་སྐད་བྱས་པ་ནི་  
ཏ་ཅང་ཡང་འབྱུལ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། དེ་འདྲ་ནི་ཆོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བྱིས་ཡིད་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་  
དུད་འགྲོ་ལའང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།། འོ་ན་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་ཆད་  
ལྷན་སྐྱེ་བ་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་ཐེག་པ་གསུམ་པོ་གང་རུང་གི་ཆོགས་ལམ་ཆུང་དུ་ཅུ་ཡང་  
སྐྱེ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ།། ཡོད་ན་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་རི་བཞིན་ཤེས་པ་  
ཡོད་པར་ཐལ་ཞིང་། དེ་འདྲོད་ན། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། གལ་ཏེ་བྱིས་པའང་རྣམ་ཀྱན་ཏུ། འཁོར་  
བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་གྱུར་ན། སྐད་ཅིག་དེ་ལ་སེམས་དང་ནི། སྤྱིང་དང་ལྷན་ཅིག་གས་པར་

འགྱུར། ཞེས་ཀྱིས་པ་སོ་སྤྱོད་འདུ་བྱེད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཤེས་ན་དེ་ལྟར་དུ་འགྱུར་ཞེས་པའི་བྲག་ས་  
 ཀྱིས་མི་ཤེས་པར་བསྟན་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན། བརྟག་གོ། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་ཕྱིར་ན་ཉེར་ལེན་  
 གི་ཕུང་པོ་གཅིག་ཉིད་ལས་ཉོན་ཀྱིས་འདུ་བྱེད་པས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ། ལས་ཉོན་གི་  
 གཞན་དབང་དུ་འཛིག་པས་མི་རྟག་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ། དེའི་གཞན་དབང་དུ་བྱུང་པས་སྤྱོད་པའི་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་ཏེ། རོ་སོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་ཆོས་ཐ་དད་དུ་བྱེ་བ་ཅུ་མོ། རོན་ཏེ་དུས་ཕྱིས་སྤྱ་སྤྱ་མ་  
 ཅུ་ལས་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ལུ་བ་ནས་མི་སྤྱང་ངོ།

ལྷ་པ་སྟོན་བྱུང་གི་རབས་དང་སྤྱར་བ་ནི། དེ་ལྟར་མི་རྟག་པའི་གོ་བ་གཞན་དུ་སོང་ཕྱིན་  
 སྤེད་པའི་བྱན་ཆོག་ས་གང་ལའང་མི་རྟག་ཅིང་མི་བརྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་མཐོང་ནས་  
 ཡིད་གཉིང་ནས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་གྱི། ཆགས་ཤིང་ཞེན་པའི་གནས་མེད་པ་ནི་སྟོན་བདག་ཅག་གི་  
 སྟོན་པས་ཁབ་ཏུ་བཞུགས་པའི་ཚུལ་མཛད་པ་ན། ཕྱོགས་བརྩེའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས། སྤེད་  
 གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཁའི་སྤྱིན་དང་འདྲ། འགྲོ་བའི་སྤྱོད་འཆིགས་ལ་ལྟ་དང་མཚུངས། ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་མི་རྟག་པའི་གཏམ་ཀྱིས་ཐར་བར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་མཛད་ཅིང་། སྟོན་བ་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པར་སྤེད་གསུམ་མི་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་དུ་དགོངས་ཏེ་རྒྱལ་སྤེད་  
 ཀྱང་བཞག་ནས་ཐར་བར་གཤེགས་པའི་ཚུལ་མཛད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་སྟོན་པ་ལས་  
 གི་གནས་སྐབས་སྤྱ་བམ་ཟེའི་ཁྲིའུ་ཞིག་གི་སྤྱིའི་སྤྱོད་བ་བཞེས་པ་ནའང་། གི་མའོ་འཛིག་ཏེན་  
 ཉོན་མོངས་དག །གནས་པ་མི་བརྟན་མི་དགར་འགྱུར། ཀྱུ་སྤྱ་ད་ཡི་དཔལ་འདི་ཡང་། འན་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས་ཀྱུ་སྤྱ་ད་ཡི་དུས་སྟོན་ཟེར་བའི་ལྟ་མོ་ཆེན་པོ་དེའང་ཡུད་ཅུ་  
 ཞིག་ནས་འགགས་ཏེ་འན་པའི་ཡུལ་ཅུ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བར་མཁྱེན་ནས་སྤྱུགས་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་  
 མཛད་པ་སོགས་སྟོན་གི་བྱུང་བས་ཀྱང་ཤེས་ལུས་སོ། དེར་མ་ཟད་མཉམ་མེད་རོ་སོ་ཆེན་  
 པོ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་སྤེད་མི་རྟག་པར་དགོངས་ནས་ཅི་བདེར་བོར་བའི་རབས་དང་། རྗེ་

རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ང་ལ་གཞན་གྱིས་བསྟེན་བཀུར་སྟོབས་པ་དང་། སྟན་བཟང་པོ་  
བཤམས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེན་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་ཅིང་མི་བརྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་  
སྟམ་དུ་སྐྱེ་ཤས་མནན་པས་མི་ལོན་པ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་སྐྱེ་བ་ཞིག་དང་པོ་ནས་རང་ཆས་  
སྤྲོ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ལྷ་མ་རྟོ་རྩེ་འཆང་གི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ལྷོས་གར་རམ་ལྷ་མོ་ལྷ་  
བྱའི་ལྷན་མོ་ཆེན་པོ་རྩེ་འབྲུ་ཞིག་ལའང་། ཀུ་ལུ་ད་ཡི་དཔལ་འདི་ཡང་། བན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། ཞེས་པའི་སྐྱེས་རབས་ཀྱི་ཆོག་དེ་ཡང་ཡང་སྟོ་ལ་འཁོར་ཡོང་ནས་སྐྱེ་སྤང་འབའ་ཞིག་  
ལས་ལྷན་མོའི་འདུ་ཤེས་ཆར་མི་འོང་བར་སྤང་གསུང་བ་སོགས་མདོར་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་ནས་ཅ་བའི་ལྷ་མའི་བར་གྱི་མཛད་པ་རྣམས་ཐར་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་སྲིད་གསུམ་  
མི་རྟག་པར་དགོངས་ནས་ཐུགས་འབྱུང་སྟེ་རྟག་བརྟན་གཡུང་བྱང་སངས་རྒྱས་སུ་གཤེགས་པ་  
ཤིང་སྟག་ཏུ་གདའ་ཡོ། དེ་ལྟར་དཔལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱང་མཆིལ་སྐབས་བཞིན་དུ་  
དོར་ཉེ་བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་ལམ་ལ་བསྐྱབས་ནས་ཆེས་སྔ་བ་ཞིག་ནས་སངས་རྒྱས་ཉེ་དོན་གཉིས་  
མཐར་ཕྱིན་པར་བྱང་འདུག་པ་ལ། བདག་དང་བདག་ལྷ་བྱས་ནི་བདེ་བ་ཐོན་ཆོག་གསུང་སྟོས་  
མ་ཐོང་བར་དེར་ཆགས་ནས་ལས་ངན་པ་སྐྱ་ཆོག་སུ་བསགས་ཉེ། དེའི་འབྲས་བྱར་སྟོན་ཆད་  
སྟག་བསྐལ་སྐྱ་ཆོག་དེ་སྟེད་ཅིག་སྟོང་དགོས་བྱུང་བར་མ་ཟད། ད་དུང་ཡང་སྤར་ལས་ལྟག་  
ཙམ་ཞིག་སྟོང་མི་དགོས་པའི་ངེས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟོན་ཆེན་པོ་འདི་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་  
མི་རྟག་པ་མི་ཤེས་པའི་སྟོན་དུ་འདུག་པས། སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་མི་རྟག་པ་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་  
མཐེལ་དུ་མི་བྱེད་པར་སྟོད་ཐབས་རང་མེད་དོ་གསུང་།

དུག་པ་ནི། འོ་ན་དེ་དག་གི་རྩལ་རྩེ་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་སྲིད་པ་མཐའ་དག་མི་རྟག་  
ཅིང་མི་བརྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་ཤེས་ན་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉག་གཅིག་  
མ་གཏོགས་པ་གང་ལའང་ཡིད་བརྟན་རྩང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱང་བར་ཤེས་ནས་ངེས་འབྱུང་ཆད་དུ་



འཁྱོལ་བ་ཞིག་བདེ་ཆུག་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་བྱུང་ན་དེས་ཐར་ལམ་ལ་ནང་ནས་བསྐྱལ་ཏེ་ཐར་པའི་  
 རྒྱུ་ལུག་གིས་བཟོད་ཐུབ་པ་ཞིག་འོང་གི་གཞན་དུ་མི་རྟག་པར་མི་ཤེས་ན་འདུ་བྱེད་སྐྱག་  
 བསྐྱལ་མི་ཤེས། དེ་མི་ཤེས་ན་དེ་ལས་ཐར་འདོད་མི་སྐྱེ། ཐར་འདོད་མེད་ན་ཐར་ལམ་མི་བསྐྱལ་  
 པས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ག་ལ་ཐོབ་སྟེ་ཐོབ་པའི་སྐྱབས་མེད་དོ། དེའི་ཕྱིར་རྗེ་ཙམ་གྱིས་མི་རྟག་  
 པར་ཤེས་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་འདུ་བྱེད་སྐྱག་བསྐྱལ་ཤེས་ནས་སྤྱོད་པའི་ཕུན་ཚོགས་ལ་འདུན་པ་རྗེ་  
 རྒྱུ་དང་། ཟག་མེད་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ་འདུན་པ་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་མིན་ན་  
 མི་རྟག་པའི་གོ་བ་གནད་དུ་མ་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་  
 མི་རྟག་པའི་གོ་བ་གནད་དུ་སོང་ན་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་གང་ཡང་བདེ་བར་ཆོར་ཙམ་ནས་  
 འདུ་བྱེད་སྐྱག་བསྐྱལ་དུ་ཆོར་ནས་འོང་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། ཆེ་འདི་མི་རྟག་པར་མི་ཤེས་ན་ཕྱི་  
 མའི་དོན་གཉེར་མི་སྐྱེ་བ་ལྟར་འཁོར་བ་མི་རྟག་པར་མི་ཤེས་ན་ཐར་པ་དོན་གཉེར་མི་སྐྱེ། དེ་མ་  
 སྐྱེས་ན་ཐར་པ་ལྟ་ཞོག་ཐར་པའི་ལམ་སྟེ་ཙམ་ཡང་ཟེན་པའི་གནས་མེད་ཅིང་། ཕྱི་རོལ་པའི་ལམ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཚོགས་ལམ་རྒྱུ་དང་ཙམ་དུའང་བཟོད་མི་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ཡང་འདིའི་རྒྱ་  
 མཚན་གྱིས་ཡིན་པས། མི་རྟག་པའི་ནམ་དབྱེ་ཕྱི་ཤིང་ཞིབ་པར་མི་ཤེས་ན་སྐྱེ་རྒྱུ་ཆེ་སྐྱད་ཟེར་ཡང་  
 འཁོར་བར་ལུན་རྗེ་རིང་དང་གཉིང་རྗེ་ཟབ་དུ་འགྲོ་བ་ལས་འོས་མེད། དེས་ན་མི་རྟག་པ་ནི་དུས་  
 གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ཡིན་པས་འདི་ལས་གལ་ཆེ་བ་  
 གང་ཡང་མེད། ཅེས་གྲུང་གསུངས་སོ། །མདོར་ན་གང་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་མི་  
 རྟག་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་སྦྱར་ནས་ཆགས་ཞེན་གཅོད་དགོས་པ་ནི་གནད་ཀྱི་དོན་ཏེ། གསུང་རབ་  
 དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ནས་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པའི་དགོས་པ་འང་  
 དེ་ཉིད་དོ། དེས་ན་སྐྱེ་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དོན་གྱིས་སྟོན་ཆད་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ཟག་  
 བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་འདི་མ་སྐྱོང་བྱ་བ་མེད་པ་ཞིག་ལན་གྲངས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐུངས་མོད་

གྲི། དེ་ལྟར་པན་ཐོགས་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་གི་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་ནའང་མི་སྣང་བའི་ངང་ཚུལ་འདིར་  
ཟད་ཅིང་། ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཕྱི་མའི་ཆེན་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་འགྱུར་ལ། མདོར་ན་ཟག་  
བཅས་གྱི་བདེ་བ་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་ཆུ་ལ་སྤེ་བཏབ་པ་དང་འདྲ་བར་སྤངས་ཙམ་སྤངས་  
ཙམ་ནས་འགགས་ཏེ་སྤྲར་པན་ཐོགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། ། འདི་ནི་དཔེར་མཆོན་ན། ཁ་  
སང་གི་བདེ་བ་རྣམས་ཀྱང་དེ་རིང་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་གྱུར་ཏེ་པན་མི་ཐོགས་པའི་ངང་ཚུལ་  
འདི་ལགས་ཤིང་། ཐ་ན་སྐད་ཅིག་སྤྲ་མའི་བདེ་བས་ཀྱང་ཕྱི་མར་པན་མི་ཐོགས་ན་གཞན་གྱིས་  
ལྟ་ཅི་སྒོས་པས་དེས་ན་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་རྟག་ཅིང་མི་བརྟན་པའི་ཟག་བཅས་སྤིད་པའི་བདེ་བ་  
ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་ནི་སྤྲན་པ་བས་ཀྱང་ཆེས་སྤྲན་པར་འདུག་སྟམ་དུ་ནན་ཏན་གྱིས་བསྐྱོམ་  
དགོས་སོ། ། སལ་མོ་ཆེས་འཆི་བའི་མི་རྟག་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཆེ་འདིའི་ཆགས་ཞེན་  
གཅོད་ལུགས་ཕྱོགས་འགོ་ཙམ་ཤེས་ཀྱང་སྤིད་གསུམ་མི་རྟག་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཕྱི་མའི་  
ཆགས་ཞེན་གཅོད་ལུགས་ཡེ་ནས་མི་ཤེས་པས། འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་ཆོས་སྒྲོར་ཙམ་ལས་མི་  
རྟག་པའི་ཆོས་སྒྲོར་གཞན་སལ་ཆེ་བ་གདམས་དག་དུ་འཆར་མི་སྤུབ་པར་སྤྲང་དོ། ། ཟག་མེད་  
ཐར་པའི་བདེ་བ་ནི་སྤྱིར་མི་རྟག་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་རྒྱན་མི་འགྱུར་པའི་ཆ་ནས་སྐབས་འདིར་རྟག་  
པའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར་འོས་པ་སྟེ། མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། དེ་ཉིད་ཟད་པ་མེད་པའི་བྱིར། རྟག་  
པ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་ཀྱས་ལ་ཟག་བཅས་སྤིད་པའི་བདེ་བ་ནི་  
རྒྱན་གྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མི་རྟག་ཅིང་མི་བརྟན་པས་དེ་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་ཟག་  
བཅས་གྱི་བདེ་བ་ནི་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་སྐད་ཅིག་གཅིག་སོང་གཉིས་སོང་  
གིས་རྒྱན་སྤྲར་དུ་ཟད་ཅིང་། གང་བདེ་བ་ཟད་པ་ཉིད་སྤུག་བསྐྲལ་ཡིན་པས། དེས་ཀྱང་ཟག་  
བཅས་ཆོར་བ་དེ་སྤུག་བསྐྲལ་དུ་ཤེས་ཀྱས་སོ། །

སྤིད་པའི་སྤྲན་ཆོག་མི་རྟག་མི་བརྟན་པས། སྤྱིང་པོ་མེད་པ་སྤུག་བསྐྲལ་རང་

བཞིན་ཏེ། དེ་བས་རྟག་བརྟན་ཐར་བའི་བདེ་བ་ལ། འོན་ཏེ་གཉེར་བ་སྐལ་བཟང་སྐྱེ་བོའི་  
ལུགས། ཞེས་གྲང་སྤྲུལ་སོ།

གསུམ་པ་ཕྱང་པོ་བདག་མེད་འཆད་པ་ལ་གསུམ། སྤྱག་བསྐལ་ལས་བདག་མེད་ལ་  
རི་ལྟར་འབྲུག་པའི་ཚུལ། དེ་ལྟར་འབྲུག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན། འབྲུག་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་གང་  
ལ་བྱ་བའོ། དང་པོ་ནི། དེ་བྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྱག་བསྐལ་། སྤྱག་བསྐལ་ལས་ནི་བདག་མེད་  
གསུངས། ཞེས་སྤྱག་བསྐལ་ལས་བདག་མེད་ལ་འབྲུག་དགོས་པར་གསུངས་པས་འབྲུག་ཚུལ་  
རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བཤད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། འདིར་བརྟན་སྤྱག་  
བསྐལ་ནི་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པས་རང་དབང་བའི་བདག་དང་འགལ་ལ། དེའི་  
བྱིར་སྤྲ་མའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་བྱི་མ་བཀག་ནས་བདག་མེད་ཉོགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་སྤྱག་བསྐལ་  
ལས་བདག་མེད་ལ་འབྲུག་པའི་ཚུལ་ཏེ། ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པའོ།

གཉིས་པ་ནི། བདག་མེད་ཅེས་པ་བདག་གིར་བྱར་མི་འོས་པའི་འོན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཕྱང་  
པོ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་བ་ཡིན་པས། བདག་ཏུ་བཟུང་བར་མི་འོས་ཞེས་པ་སྤྲ་མས་བྱི་མ་ལ་འབྲུག་  
པའི་ཚུལ་ཏེ། བཞི་བརྒྱ་པ་རྩ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པའོ།

གསུམ་པ་ནི། འཁོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་དུ་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་ལས་བདག་མེད་གྱི་  
ནལ་འཁྱོར་ལ་འབྲུག་པ་ཉིད་སྤྱག་བསྐལ་ལས་བདག་མེད་ལ་འབྲུག་པའི་ཚུལ་དུ་གསུངས་ཏེ།  
འབྲུག་པ་རྩ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པའོ། འོན་ཏེ་དག་ལས་གང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྤྲུལ་ན། བན་  
ཚུན་མཆོན་དོན་དུ་བྱས་ནས་གསུམ་ག་ལྟར་ཁས་ཁྲུང་དུ་རུང་ངོ་།

གཉིས་པ་ལ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་མེད་མི་  
སྒོམ་པའི་ཐབས་མེད་པར་གྲུབ་པའོ། དང་པོ་ནི། བཞི་དང་སྤྱང་ན་དང་སྤྱི་དག་འདོན་པ་སོགས་  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་གང་ཅི་ཡང་རུང་ཞེ། དེ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མེད་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་

བྱུང་བའི་གནས་མེད་པས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་དགོས་ལ། དེའང་ཉེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་  
 གྱི་འཇུག་རིམ་ལྟར་ལས་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་  
 ལས་བྱུང་སྟེ། རི་རྒྱད་དུ། བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཞེས། བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་  
 རྒྱང་། འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། ཞེས་སོ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ཉག་གཅིག་ཏུ་འབབ་པོ།

གཉིས་པ་ནི། ཆོ་འདི་སྒྲར་གི་སྒྲུག་བསྐལ་ལ་མོ་ཙམ་ཡང་བཟོད་མི་བྱས་ན་ཆོ་རབས་  
གཏན་གྱི་སྒྲུག་བསྐལ་བཟོད་ག་ལ་བྱས་ཏེ་མི་བྱས་ལ། དེ་མི་བྱས་ན་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་ཅ་བ་  
བདག་འདྲིན་སྒྲོང་དགོས་ཤིང་། དེའང་བདག་མེད་མ་རྟོགས་ན་སྒྲོང་མི་བྱས་པས། སེམས་ཤིག་  
ཡོད་ན་བདག་མེད་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྟོགས་ཟིན་གོང་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཐབས་  
ལ་ཡོད་ཀྱི་ཅལ་གྱིས་འབད་རིགས་སོ།། དེ་ཡང་རང་གིས་རི་སྒྲར་འདོད་འདོད་མ་ཡིན་པར་  
མགོན་པོ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱི་རྗེས་སུ་འབད་དགོས་ཏེ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས། སྒྲོབ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་ཞབས་  
གྱི་ལམ་ལས་ནི། ལྷོ་རོལ་གྱུར་ལ་ཞི་བའི་ཐབས་མེད་དོ། ཞེས་ཐག་བཅད་དེ་གསུངས་འདུག་  
པའི་ཕྱིར་རོ།།

གསུམ་པ་ནི། རི་རྒྱུད་དུ། རྟོང་པ་ཞི་བ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཚུལ།། མི་ཤེས་པས་ནི་འགོ་བ་  
འབྲམས་སྐྱུར་པ།། དེ་དག་ཐུགས་རྗེ་མངའ་བས་ཐབས་ཚུལ་དང་།། རིགས་པ་བརྒྱ་དག་གིས་ནི་  
འཛུགས་པར་མཛད།། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བཀའ་བསྟན་བཙུག་རྣམས་སུ་བདག་མེད་སྐྱབ་མེད་  
ཀྱི་རིགས་པའི་རྣམ་གངས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གསུངས་མེད་ཀྱང་། དེ་དག་ལས་འདིར་གོ་སྒྲ་  
བ་དང་གལ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཅིག་དུ་བྲལ་དང་རྟེན་འབྱུང་གི་གཏན་ཆེགས་གཉིས་  
ལས་བརྒམས་ཏེ་རང་སྒྲོས་སྒྲོབས་ཅམ་དུ་རྩེད་ཟད་བཟོད་པར་བྱའོ།།

དེས་ན་འདི་ལ་གཉིས།   གཅིག་ཏུ་གསུམ་གྱི་མིག་ས་པ་དང་།   ཅེན་པ་གསུམ་གྱི་མིག་ས་

པའོ།། དང་པོ་ནི། ཉགས་འདི་ལ་གནད་བཞི་ཚད་བར་གསུངས་ཏེ། དགག་བྱ་ངེས་པ། ཁྱབ་  
 པ་ངེས་པ། གཅིག་བྱལ་ངེས་པ། ཏུ་བྱལ་ངེས་པའོ།། དང་པོ་ལ་དགག་བྱ་ངེས་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་དང་། དེ་རི་ལྟར་ངེས་པའི་རྒྱལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དཔེར་ན་འབེན་ངོས་མ་ཟེན་  
 པར་མདའ་བརྟེན་ན་གནད་ཏུ་མི་ཐེག་པ་ལྟར། དགག་བྱ་ངོས་མ་ཟེན་པར་བཀག་ན་དོན་ཏུ་  
 མི་འགྱུར་བས་ངོས་ཟེན་དགོས་ལ། དེའང་དགག་གཞི་གང་ཟག་ལྟ་བུ་ལ་མཚན་ན། དོན་གྱི་  
 གནས་ཚུལ་ནི་ཐག་ཁ་ལ་སྒྱལ་བུ་བཏགས་པ་དང་འབྲེལ་བར་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོག་པས་པར་  
 བཏགས་པ་ཙམ་ཏུ་བཤད་ལ། སྒོ་ལ་སྤང་ཚུལ་ནི་དོན་རང་ངོས་ནས་བྱུབ་པར་སྤང་སྟེ། དགག་བྱའི་  
 བདག་སྤང་ཚུལ་དེ་ཉིད་དོ།། དེའི་ཕྱིར་རང་འཛིན་གྱི་སྒོ་ལ་རི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ལྟར་བྱུབ་པའི་  
 ཆ་དགག་དགོས་ཀྱི། སྤང་བ་ཙམ་ཞིག་དགག་མི་རིགས་ཏེ། དེ་བཀག་ན་ཆད་མཐར་ལྷུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ།། གསལ་བར་བཤད་ན། རང་ངོས་ནས་བྱུབ་པའི་གང་ཟག་དགག་དགོས་ཀྱི། གང་ཟག་  
 ཙམ་དགག་མི་རིགས་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་སྤྲ་མ་མ་བཀག་ན་ཡོད་མཐར་དང་ཕྱི་མ་བཀག་ན་མེད་  
 མཐར་ལྷུང་བའི་ཕྱིར་དང་། ལྟ་བ་ནམ་དག་རྟེན་པ་ལ་མཐའ་དེ་གཉིས་ཀ་དང་བྱལ་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ།། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་ཞལ་ནས། སྤང་སྟོང་ལ་ཉེ་རིང་གཏན་ནས་བྱར་མི་  
 རུང་གསུང་བའང་འདིའི་གནད་ཀྱིས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སྟོང་པར་མོས་སྒོས་སྤང་བ་བྱུང་བས་ད་  
 པ་དང་སྤང་བར་མོས་སྒོས་སྟོང་པ་བྱུང་བ་བཤད་པ་གཉིས་ཀ་དབྱུ་མའི་དགག་བྱར་གནས་པར་  
 ཞེས་པར་བྱའོ།། འདི་ནི་དཔེར་མཚན་ན་མཚོ་ལ་གནས་པའི་འོ་རྒྱ་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་དོན་  
 གྱིས་རང་པས་མ་གཏོགས་གཞན་གྱིས་འབྱེད་མི་ཞེས་པ་ལྟར། སྐབས་འདིར་དགག་གཞི་དང་  
 དགག་བྱ་སྤང་ཚུལ་དབྱེར་མེད་པའི་སྐབས་ཀྱིས་ཐལ་འགྱུར་བས་མ་གཏོགས་སུས་ཀྱང་དབྱེར་  
 མི་ཞེས་ནས། དགག་གཞི་འཛོག་ཆེ་དགག་བྱར་སྤྟག་ནས་ཡོད་མཐར་དང་། དགག་བྱ་འགོག་  
 ཆེ་དགག་གཞི་ཞེགས་པས་མེད་མཐར་ལྷུང་བ་ལས་མ་འདས་པར་གསུངས་སོ།། རྒྱ་མཚན་

དེ་དག་གི་ཕྱིར་ན་དགག་གཞི་ལས་ལོགས་སུ་དགག་བྱ་ངོས་ཟིན་པའང་ཤིན་ཏུ་བྱ་དགའ་བའི་གནས་སོ།། མདོར་ན་དགག་བྱ་ཅི་ཡིན་ངོས་མ་ཟིན་པར་རིགས་པས་འགོག་ལོ་བྱས་ན་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གང་རུང་དུ་ལྷུང་བ་ལས་མ་འདས་པས། དེ་ལ་དགོངས་ནས་རིགས་པས་འགོག་པའི་སྤྱོད་ཏུ་འགོག་རྒྱུ་དེ་དགག་བྱ་ཅིས་ཀྱང་ངོས་ཟིན་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེདོ།། དེ་ལྟ་ནའང་འདི་ལ་མཁས་ཆོས་འགའ་ཞིག་མ་མོས་ནས་དགག་པ་བྱེད་པར་མཐོང་མོད་ཀྱི། རང་གི་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ལས་གཞན་མི་སྤང་བས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པའི་འོས་སོ།།

གཉིས་པ་ནི། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ནས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་བཞིན་དུ་བྱ་བ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཐོག་མར་རང་འཛིན་ལྟན་སྒྲིལ་བྱགས་ཆེན་ཞིག་གསལ་བཏབ་སྟེ་འཆར་དུ་བཙུག་ལ། དེ་ནས་སྒྲོའི་བྱར་གཅིག་གིས་དེ་ལ་ར་རི་ལྟར་འཆར་ཡིན་འདུག་སྟུང་དུ་དལ་བྱས་བརྟགས་པ་དེ་ལྟར་བརྟགས་ནས་འཆར་ཚུལ་སྟོང་སྟོབས་ཀྱིས་ངོས་ཟིན་པ་ཞིག་བྱང་ན་དགག་བྱ་ངོས་ཟིན་པ་ཞེས་བྱའོ།། འོ་ན་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་ཀྱི་སྒོ་དེ་སྒོ་རིགས་བདུན་ཀྱི་ནང་ནས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་བདེན་གྲུབ་དགག་བྱ་ཡིན་པར་ཆད་མས་དངོས་སུ་ངོས་ཟིན་ན་བདེན་མེད་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་བྱགས་ཀྱིས་ངོས་ཟིན་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་ན་དགག་བྱ་ངོས་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་རོ་སྟུང་དུ་བསམས་ནས་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་མོད་ཀྱང་། ཡིད་དཔྱོད་ཀྱིས་ངོས་ཟིན་པ་ཅམ་ལ་ཡིད་བརྟན་བཅས་ནས་དགག་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བས་ཀྱི་ནའོ།།

དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཆད་མར་ཁས་སྒྲུང་ན་རུང་ངམ་སྟུང་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་སྒོ་དེ་ནི་བདེན་གྲུབ་དགག་བྱ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་བསམས་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་སྟུང་དུ་སེམས་སོ།། འོ་ན་བདེན་གྲུབ་དགག་བྱར་ཆད་མས་དངོས་ཟིན་པ་ལ་དེ་ཆད་མས་བཀག་དགོས་སམ་མི་དགོས་རི་ལྟར་སྟུང་ན། མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ཤིང་གང་ཞིག་བཅད་



བྱར་ངོས་ཟེན་པ་ལ་དེ་མཆོན་གྱིས་གཅོད་མི་དགོས་པ་བཞིན་དུ་བདེན་བྱུང་རིགས་པའི་དགག་  
བྱར་ངོས་ཟེན་པ་ལ་འདྲ་དེ་རིགས་པས་བཀག་མི་དགོས་ཏེ། མཚུངས་པས་སོ་སྟུང་མོ།།

གནད་གཉིས་པ་བྲལ་བ་ཇི་ལྟར་ངེས་པའི་ཚུལ་ནི། གཅིག་ཐ་དད་པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
གནས་པའི་དངོས་འགལ་ཡིན་པས། སྤྱིར་ཡོད་ན་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་ལ།  
དེའི་ཕྱིར་ཇི་ལྟར་ངོས་ཟེན་པའི་བདག་དེ་ཡོད་ན་འདྲ་སྤང་སོ་དང་བདེན་པའི་གཅིག་ཐ་དད་གང་  
རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པས། ཚུལ་དེ་ལ་ཆད་མས་བྱངས་པའི་ངེས་པ་རྙེད་རྙེད་དུ་སྤངས་དགོས་སོ།།

གནད་གསུམ་པ་གཅིག་བྲལ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། འདི་ལྟར་བདག་དེ་སྤང་སོ་ལྔ་  
དང་གཅིག་དུ་ཡོད་ན་བདག་མང་སོ་དང་སྤང་སོ་ལྔ་གཅིག་དུ་ཐལ་བ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པས།  
གཅིག་དུ་བྱུང་ས་མི་འདུག་སྟུང་དུ་ངེས་པ་མ་རྙེད་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱོར་མོ།།

གནད་བཞི་པ་དུ་བྲལ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། འདི་ལྟར་བདག་དེ་སྤང་སོ་ལས་  
བདེན་པའི་ཐ་དད་དུ་བྱུང་ན་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བས། དེ་ལྟར་སྤང་སོ་ལས་ལོགས་  
སྤྱི་བདག་ཡན་གར་དུ་ངོས་བཟུང་དུ་ཡོད་པར་ཐལ་བ་དང་། སྤང་སོ་ལ་པན་གཞོད་བྱས་པའི་  
བདག་ལ་པན་གཞོད་དུ་མི་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་མང་བས། སྤང་སོ་ལས་བདེན་པའི་ཐ་དད་  
དུ་ཡང་བྱུང་ས་མི་འདུག་སྟུང་དུ་ངེས་པར་བྱའོ།། མདོར་ན་ང་ང་སྟུང་དུ་སྦྱིང་གི་དཀྱིལ་ནས་  
དམ་སྦྱིང་ངེ་བར་འཆར་བའི་ང་དེ་ཡོད་ན་སྤང་སོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པ་  
ལས་གང་དུ་ཡང་མི་འདུག་སྟུང་པ་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཚུལ་གསུམ་ལས་གནད་བཞི་ཆང་  
བས། བསྐྱུབ་བྱའི་བདག་མེད་རང་ལྷགས་ཀྱིས་ཉོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ།། འདིར་དབྱེད་  
དགོས་པ་ཞིག་ནི། བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཕྱོགས་གང་དུ་ཡོད་ན་ཤར་རྒྱབ་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པར་  
ངེས་ནས་ཕྱོགས་དེ་གཉིས་གང་དུ་ཡང་མེད་པར་ངེས་ན་དེར་མེད་པ་ལ་ངེས་པ་འཕྲེན་རྒྱས་ཀྱི།  
གང་རུང་དུ་མེད་པར་ངེས་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་མི་རྒྱས་པ་ལྟར། བདག་ཡོད་ན་སྤང་སོ་དང་གཅིག་ཐ་

དད་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པར་ངེས་ནས། དེ་གཉིས་གང་དུ་ཡང་མེད་པར་ངེས་ན་དེར་མེད་  
པར་ངེས་ཀྱས་ཀྱི། གང་རུང་དུ་མེད་པར་ངེས་པ་ཙམ་གྱིས་དེ་མི་ཀྱས་པས། དེས་ན་གང་དུ་  
ཡང་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་སུ་འགོད་འོས་ཀྱི་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པ་མིན་ནོ། དེ་དང་མཐུན་པར་རྩེ་  
ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་སུ་འང་སྤྲོ་མ་ཁོ་ན་ལས་ཅིག་ཤོས་འགོད་པའི་བྱར་ཙམ་ཡང་མ་  
བྱུང་ཞིང་དོན་ལའང་མི་འཐོབ་མོད། འོན་ཏེ་དེའི་རྩེས་ཙམ་ནས། བདེན་པར་མེད་དེ། བདེན་པར་  
གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྒྲིབ་  
བ་འགོད་སྒོལ་ཞིག་ཆགས་པ་ནི་སྤར་ལྟར་ང་བདེན་པར་ཡོད་ན་སྤང་པོ་དང་བདེན་པའི་གཅིག་  
དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པ་ལས། གང་དུ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ཡང་ཡང་འབྱུང་  
བ་ལ་བར་སྐྱབས་ཞིག་ནས་སྤྲོ་ཕྱི་འདྲེས་ཏེ་དེ་ལྟར་འགོད་ཐལ་བར་གདོན་མི་ཟ་ནའང་འདི་ལ་  
པལ་མོ་ཆེས་དོགས་པ་མ་ཆུད་པར་འབྲུལ་བ་རྒྱ་འབྲུམས་སུ་བྱུང་བ་མིན་ནམ་གཟུར་གནས་  
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེད་པར་བྱའོ།

གཞན་ཡང་གང་རུང་རྟགས་སུ་སྤྲོ་བ་ལ་འདི་འདྲི་བར་འོས་ཏེ། གང་ཟག་སྤང་པོ་དང་  
བདེན་པའི་གཅིག་དུ་མ་གྲུབ་པར་ངེས་པ་ཙམ་གྱིས་རྟགས་འདི་ངེས་པའི་གོ་ཆོད་དམ་མི་ཆོད།  
ཆོད་ན་རྒྱང་འཕེན་གྱིས་ཀྱང་རྟགས་འདི་ངེས་པར་ཐལ་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་གང་ཟག་བདེན་མེད་ཀྱི་  
དོན་རྟོགས་པར་ཐལ་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན་རྟགས་འདི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྤྲོ་བ་དུ་གསུངས་པའི་གནད་  
ཀྱིས་སོ། གོ་མི་ཆོད་ན་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པར་ངེས་པ་ཙམ་གྱིས་རྟགས་འདི་  
ངེས་པའི་གོ་མི་ཆོད་པས། གང་རུང་རྟགས་ཡིན་པའི་དོན་མེད་དོ། འདི་ལ་གཞོངས་བསྐྱར་བར་  
མི་འདོད་པའི་མགོ་མཁྱེན་ལས་འགའ་ཞིག་ན་རེ། གསེར་བྱམ་ལྟ་བུ་ཀ་བ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
ཀ་བྱམ་གང་རུང་མིན་པར་སྤྲོ་ན་བྱམ་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཀ་བྱམ་གང་རུང་ཡིན་པར་  
ཡང་སྤྲོ་རིགས་པས། དེའི་ཆེ་ཀ་བྱམ་གང་རུང་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གཉིས་ཀའི་གཞི་མཐུན་དུ་

སྤྲོད་གོས་པར་འགྱུར་རོ།། དེའི་ཕྱིར་ཀ་བྱམ་གང་རུང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་དགོས་པས་  
 ཀ་བྱམ་གང་རུང་མིན་པ་དང་གང་ཡང་མིན་པ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ཅིང་། དེ་  
 མེད་པ་བཞིན་དུ་བདེན་པའི་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་མིན་པ་དང་གང་ཡང་མིན་པ་གཉིས་ལ་འདྲ་  
 ཁྱད་པར་མེད་པས། སྤྲོད་མ་ཉིད་རྟགས་སུ་འགོད་རིགས་ཏེ། དེ་མི་རིགས་ན་ཕྱི་མའང་འགོད་མི་  
 རིགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་ཆེ་འགྲོ་བ་རིགས་བྱུག་གང་རུང་དུ་སྦྱེ་བ་ལེན་ན་བྱུག་  
 ཀར་སྦྱེ་བ་ལེན་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་དཔག་གིས་མི་ལང་བ་འབྱུང་བས། དེ་ལས་མི་རིགས་  
 པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། རྟགས་ཆོས་གང་རུང་གཅིག་མ་ཡིན་བྱས་པ་ན་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་གོ་བ་  
 ཁྱོད་ནི་སྤར་མ་བྱུང་བའི་གོ་བ་ཆེན་པོ་པ་ཞིག་སྟེ། གཞན་དུ་གང་རུང་མིན་པ་དང་གང་ཡང་  
 མིན་པ་གཉིས་གོ་དོན་མི་གཅིག་པ་ནི་གནག་རྩིས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེས་ན་རང་  
 གི་ལུགས་ནི། གསེར་བྱམ་ཁྱད་གཞིར་བཟུང་ནས་ཀ་བྱམ་གང་རུང་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གཉིས་  
 ཀར་སྤྲོད་ཀྱང་སྦྱོན་མི་འབྱུང་བའི་གནད་ནི། ཡིན་པའི་ཀ་བྱམ་གང་རུང་དང་མིན་པའི་ཀ་བྱམ་  
 གང་རུང་གཉིས་ཀ་བྱམ་གང་རུང་དང་ཞེས་པའི་ཆོག་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བའི་གནད་ཀྱིས་  
 ཏེ། དཔེར་ན་མི་ལ་ལ་ཡོད་མི་ལ་ལ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ན་ཡོད་པའི་མི་ལ་ལ་དང་མེད་པའི་མི་  
 ལ་ལ་གཉིས། མི་ལ་ལ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ།། གནད་འདི་རི་བཞིན་  
 མ་དགོངས་པའི་དབང་གིས་ཡིག་ཆ་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་ཏུ་འདྲ་ཅི་བའི་ཅམ་གསུང་དགོས་  
 བྱུང་སྤང་བས། དེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་སོ།། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་རྟགས་འདི་  
 ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྤྲོད་ཏུ་བཞེད་པ་ལ། འཇམ་དབྱངས་དགའ་བའི་སྒྲོ་གོས་ཀྱིས་རྗེའི་གསུང་  
 དང་འགལ་བའི་དོགས་པ་བཀོད་ནས་དགག་བཞག་མཛད་པ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་ན་གང་རུང་  
 རྟགས་ཡིན་པ་གཞིར་བཞག་གིས་དགག་འདུག་པས་གཟབ་དགོས་པར་སྤང་རོ།།

དགའ་སྒྲོའི་གསུང་ལ་ཕྱིས་བྱོན་གྱི་མཁས་པ་མང་པོས་དོགས་སེལ་གྱི་དགག་ལན་སྤྲོ་

ཆོག་གསུང་གི་མཛད་འདུག་གྲང་ཅ་བའི་འབྲུང་གཞི་གང་རུང་ཉག་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ངོ་སྟོན་  
དགོས་རྒྱུ་ལ་དེ་ནི་སྤྱི་མཁའ་ལྷན་གྱི་མཛད་འདུག་པས་ཚུགས་སྤྱོད་ཆེ་འདོད་མཆུངས་ནས་ཡོད་  
པའི་མངོན་ཉག་སོ།།

ཉི་མུག་མི་སེལ་ས་ལོག་ཕྱན་པ་འགའ།། སྟོན་མེས་སེལ་ཡང་མཚར་དུ་ཅི་ཞིག་  
ཡོད།། དེ་བཞིན་མཁས་པས་མ་དགོངས་དཀའ་གནད་འགའ།། བདག་འདྲས་འཆལ་ལ་སྤྱི་ཞིག་  
མཚར་དུ་འཛིན།། ཞེས་གྲང་སྤྱི་སོ།།

གཉིས་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོག་ལ། གང་ནས་གསུངས་པའི་ཁྱད་པར་དེ་ནས་  
བཤད་པའི་སྟོར་བ། རི་ལྟར་སྟོང་བའི་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་གྱི་མདོའི་དོན་  
འཆད་ཚུལ་ལ། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྲུང་། འདི་སྤྱི་སྤྱོད་པས་འདི་སྤྱི། ཞེས་བཏོན་ནས་འཆད་  
ཚུལ་གཅིག་དང་། ཡང་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྲུང་། འདི་སྤྱི་སྤྱོད་པས་འདི་སྤྱི། ཞེས་བཏོན་ནས་འཆད་  
ཚུལ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་འབྲུང་བ་ལས། དང་པོ་དབྱེ་མའི་དང་། གཉིས་པ་སེམས་ཅམ་སོགས་ཀྱི་  
ལུགས་སྤྱི་བྱང་རུང་བར་མངོན་ནོ།། གང་ལྟར་ཡང་མདོ་ཆོན་ཕྱི་མ་འབྲུང་ཁྱད་པར་གྱི་སྤྱི་ཡིན་པ་  
ལ་མི་མཐུན་པ་མ་བྱུང་བས། དེས་ན་འདི་སྤྱི་སྤྱོད་པས་འདི་སྤྱི། ཞེས་བར་འཆོས་རིགས་ཏེ། རྒྱ་  
མཚན་པས་ཞེས་པ་འབྲུང་ཁྱད་པར་གྱི་སྤྱི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྟོན་དཔོན་དབྱིག་གཉིས་ཀྱིས།  
དཔེར་ན་མེ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་འཆོས་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཞེས་འདིའི་དཔེར་ལེན་ལུགས་  
ཀྱིས་གྲང་ཞེས་པའི་ཕྱིར་སྤྱི་སྤྱོད་པས་སོ།།

མདོ་ཆོན་སྤྱི་མའི་ན་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིར་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཅམ་དུ་འབྲེལ་མོད་གྲང་།  
ནང་གསེས་ཀྱིས་མི་འབྲེལ་བའི་ཁྱད་ཡོད་དེ། སྤྱི་མ་དུས་ཀྱི་བདུན་པ་དང་། ཕྱི་མ་རྒྱ་མཚན་གྱི་  
བདུན་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ཅ་ཞེས་ཤིག་ཆོན་ལས། སྤྱི་སྤྱོད་པས་འདིར་ལ་ཞེས་  
པ་ནམ་དབྱེ་བདུན་པའི་སྤྱི་ནི་འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་ཡོད་ཅེས་དུས་ཀྱི་བདུན་པ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་

འགྲེལ་ལས་བཤད་དོ། ཞེས་དང་། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས། འདི་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱི་ཡོད་པར་གྱུར་ནའོ། འདི་འབྱུང་བ་ནི་སྐྱེ་བའོ། དེ་ལྟར་ན་བདུན་པ་རྒྱུ་འོན་ཏེ་རིག་པར་  
 བྱའོ། དཔེར་ན་ཆར་འབབ་ན་ལོ་ཉོག་སྐྱེ་བའོ། ཞེས་སོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན། འདི་ཡོད་པས་  
 འདི་འབྱུང་། འདི་སྐྱེས་པས་འདི་སྐྱེ། ཞེས་པ་དང་། འདི་ཡོད་པའི་ཕྱིར་འདི་འབྱུང་འདི་སྐྱེས་  
 པའི་ཕྱིར་འདི་སྐྱེ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདྲ་མིན་ངེས་ཉིད་ཅིག་གྱུར་བ་ནི། ཡི་གེ་མ་དག་པར་  
 བྱ་དགོས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་ལ་ཆད་ལྡན་གྱི་བཤད་པ་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་སྐྱེས་སོ། གོང་  
 ཏེ་བྱུངས་པའི་གཞུང་དེ་དག་དང་བསྟན་ན་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་ལ་ནང་གསེས་གྱིས་དུས་གྱི་བདུན་  
 པ་དང་། རྒྱ་མཆན་གྱི་བདུན་པ། ཉེན་གནས་གྱི་བདུན་པ་སྟེ་གསུམ་དུ་དབྱེར་དགོས་མོད་ཀྱང་།  
 དེར་དུས་གྱི་སྐྱེ་བ་ནམས་གྱིས་དགོངས་མིན་ཆ་མ་འཆལ་ཏོ། འོན་ཏེ་འདི་པའི་ལུགས་གྱིས་  
 དུས་གྱི་བདུན་པ་ལ་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་སམ་སྐྱེས་སྟེ། དེ་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། འདི་ཡོད་པ་ན་  
 འདི་འབྱུང་དཔེར། ཟུང་དུ་ཡོད་ན་རིང་པོ་བཞིན། འདི་སྐྱེས་པས་ན་འདི་སྐྱེ་དཔེར། མར་མེ་  
 སྐྱེས་པས་འོད་བཞིན་ནོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ཉིད་གྱིས་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། གསལ་བར་བཤད་པ་  
 རྒྱ་མའི་འབྱུང་བ་ལ་པན་ཚུན་སྟོས་བྱུང་གྱི་དོན་ཆད་ཡང་། ཅིག་ཤོས་ལ་དེ་ལྟ་མིན་པས། ཟུར་  
 ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་བྱུང་བ་ཡང་དགག་བྱ་སྤྲ་རགས་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་ནམ་སྐྱེས་སྟེ་ཞིབ་དུ་  
 དབྱེད་དགོས་པའི་གནས་སོ།

གཉིས་པ་ལ། ཉགས་འགོད། ཚུལ་སྒྲུབ། མཐའ་དབྱེད་པའོ། དང་པོ་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་  
 ཉགས་གྱིས་ལྷ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་ནི། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་  
 ཏེ། རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། ཞེས་འགོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 མདོ་ལས། གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། ལྷ་གྲུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེས་ན་ས་བོན་དང་ཚུ་ལུད་སོགས་རྒྱ་རྒྱུན་

གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་དང་འགལ་བས། གང་ཡང་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
སྐྱེས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་དོ།

གསུམ་པ་ལ་བཞི། རྟོག་པས་བཏགས་ཚུལ་ལ་དབྱད། རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་ཚུལ་ལ་དབྱད།  
མཐའ་གཉིས་སེལ་ཚུལ་ལ་དབྱད། རྫོའི་སྤང་ཚུལ་ལ་དབྱད་པའོ། དང་པོ་ནི། ལྷ་བྱ་ལྷ་བྱ་ས་  
བོན་དང་ཚུ་ལྷད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་མཐའ་དག་ཆང་ན་རྟོག་པས་མ་བཏགས་ཀྱང་སྐྱེ་ལ།  
གཞན་དུ་བཏགས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་བས། རྟོག་པས་བཞག་དགོས་པའི་དོན་མེད་དོ་སྟུམ་ན། འདིའི་  
ལན་ལ་མཁས་པ་ཁ་ཅིག །དཔེར་ན་སྤང་དུ་དངོས་སྤྱུ་མ་བཅའ་ཡང་སྤང་གང་གི་སྤྱིད་ཆད་  
ལོངས་པའི་དངོས་པོ་ལ་སྤང་གང་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་དུ་བྱུང་བ་ལྟར། གང་ཞིག་རང་འཛིན་རྟོག་  
པས་དངོས་སྤྱུ་མ་བཏགས་ཀྱང་དེས་བཏགས་པའི་ཆོས་གཞན་དང་ཡོད་ཚུལ་མཚུངས་ན། རྟོག་  
པས་བཏགས་པའི་ཆོས་སྤྱི་བརྗོད་རིགས་པས། རྟོག་པས་བཏགས་ཅིམ་གྱི་ཆོས་ལ་དེས་དངོས་  
སྤྱི་བཏགས་པས་མ་ཁུབ་ཅེས་གསུང་བ་གོ་རྒྱུ་ཆེ་ཡང་། བརྒྱ་པ་ལས། རྟོག་པ་མེད་པར་འདོད་  
ཆགས་ལ། སོགས་པ་ཡོད་ཉིད་ཡོད་མིན་ཏེ། ཞེས་པའི་འགྲེལ་བར། རྟོག་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་  
ཡོད་པ་ཉིད་དང་། རྟོག་པ་མེད་པར་ཡོད་པ་ཉིད་མེད་པ་དེ་དག་ནི་གོར་མ་ཆག་པར་ཐག་པ་  
བསྟོགས་པ་ལ་བཏགས་པའི་སྤྱུ་ལྟར་རང་གི་དོ་བོས་མ་བྱུབ་པར་ངེས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
དང་བསྟུན་ན་དུང་དབྱེད་དགོས་པར་སྤང་དོ། མི་ལམ་གྱི་མི་དང་ཐག་པའི་སྤྱུ་ལ་སོགས་  
པ་ནི་དེ་དང་དེར་འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་འབྲུལ་སྤང་ཅིམ་ཡིན་པས། རྟོག་པ་དེ་དག་གི་སྤང་བ་  
ལ་མ་ལྟོས་པར་འཛིན་ལུགས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་ལྟར། གཟུགས་སོགས་རྟོག་པས་འཛིན་  
ཚུལ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ་བར་གསུངས་པས། རྟོག་པར་མི་སྤང་ན་རི་ལྟར་འཛིན་མེད་འཛིན་ལུགས་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། དེས་ན་མི་ལམ་གྱི་མི་དང་དེའི་སྤྱི་བརྗོད་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཐམས་  
ཅད་མི་ལམ་གྱི་རྟོག་པས་བཞག་ཅིམ་ཡིན་པས། རི་སྤྱིད་གཉིད་མ་སད་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་སྤང་ཞིང་།



སད་པན་ཆད་ཅི་ཡང་མི་སྤང་བར་རང་ཡལ་ལ་འགོ་བ་དེ་བཞིན་དུ། གཉི་ཟུག་མ་རིག་པའི་གཉིད་ཀྱིས་ཉོན་པ་དེ་སྤིང་དུ་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་སྤང་བ་ཅི་ཡང་འཆར་ཞིང་། དེའི་བག་ཆགས་སྤངས་ཕྱིན་ཆད་ཅི་ཡང་མི་སྤང་བར་རང་འགགས་སུ་འགོ་བར་གསུངས་ཏེ། འབྲུག་པ་ལས། གཉི་ཟུག་གཉིད་སད་ལས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ།། ཞེས་སོ།། དེ་ལྟས་མི་ལམ་གྱི་སྒོ་རོར་གང་སྤང་ཐམས་ཅད་སྒོ་དེའི་སྤང་ཆ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ལྟར། འདིག་རྟེན་ཐ་སྤྲད་པའི་སྒོ་རོར་གང་སྤང་ཐམས་ཅད་དེ་དང་དེའི་སྤང་ཆ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། རོན་ལ་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས། དེ་ལ་དགོངས་ནས་ད་ལྟའི་སྤང་བ་འདི་ནམས་རྩུབ་པ་མི་ལམ་ལྟ་བུར་གསུངས་སོ།། འོ་ན་མ་རིག་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་གཟུགས་སྤྲོ་སོགས་ཅི་ཡང་མི་སྤང་བར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། འདི་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བའི་གནས་ཡིན་པས་བསམ་ཚུལ་ཞིབ་པར་སྤྲན་གྱི་སྟེ་མར་གྱིས་ཟེན་ཏོ།།

གཉིས་པ་ནི། འོ་ན་སྤྲུ་བྱ་སྟེ་བ་ལ་རྩ་ལུད་སོགས་ངེས་པར་དུ་དགོས་སམ་མི་དགོས། མི་དགོས་ན་མངོན་སུམ་ལ་བསྟོན་འདིངས་པར་ཟད་ཅིང་། དགོས་ན་རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་གྱིས་བྱུང་བ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ས་བོན་དང་རྩ་ལུད་སོགས་བདེན་དོན་ཡིན་ན་འགལ་བར་བདེན་མོད་ཀྱང་། རྩུབ་པ་ཡིན་པས་ཐོགས་སུ་འགོ་བ་སྟེ། རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས། གང་གི་ས་བོན་རྩུབ་པ་དེའི།། སྟེ་བ་བདེན་པ་ག་ལ་ཞིག །ཅེས་རྩུ་རྩུབ་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྩུ་མཆོན་གྱིས་བདེན་མིན་བཏགས་ཙམ་དུ་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ།། འདིས་མཆོན་ནས་དཔྱལ་བའི་སེམས་ཅན་ལྟ་བུ་ཁོ་རང་གི་ལས་ངན་པའི་རྩུ་ལས་བྱུང་བ་དང་རང་གི་རྟོག་པས་བཞག་ཙམ་དུ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀྱང་མི་འགལ་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་ནི། འོ་ན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པས་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་ལམ་རིམ་གྱིས་སེལ་ཞེ་ན། འདི་ལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བར་འདོད་དེ། དེའང་རིམ་གྱིས་སེལ་ན་རིགས་པ་གཞན་དང་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་སེལ་བའི་རྣམས་པ་བྱུང་མེད་དུ་འགྱུར་

ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་འདི་ལ་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོས་བསྐྱགས་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་སྟེ་ནས་དེ་སྐད་  
དུ་སྐྱབས་སྐྱང་རོ།། འོན་ཏེ་དབྱེད་འོས་པ་ཞིག་སྟེ། འདི་ལྟར་སྐྱ་གུ་ལྟ་བུ་གཏན་མེད་པ་ནི་ཆད་  
མཐའ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ནི་སྐྱ་གུ་ཡོད་པ་ཆད་མས་ངེས་ཅམ་ནས་སེལ་བས། གཏན་ཆེགས་འགོད་  
པའི་སྡོན་རོལ་ནས་ཁེགས་ཟེན་ལ། སྐྱ་གུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ནི་སྐྱབས་འདིར་ཉག་མཐའ་  
ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་སྐྱ་གུ་རང་བཞིན་མེད་པ་མ་རྟོགས་ཀྱི་བར་དུ་མི་སེལ་བས། མཐའ་གཉིས་ཅིག་  
ཅར་དུ་རྩི་ལྟར་སེལ་ཏེ་སེལ་ལུགས་མེད་དོ།། འོ་ན་རྩ་ཤེའི་ཤིག་ཆེན་ལས། གཅིག་གི་ཡོད་པ་  
ཅིག་ཤོས་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་ཉིད་གྱིས་རང་གི་རོ་བོས་བྱུབ་པ་མེད་ཅིང་། གཏན་མེད་པ་རི་བོང་  
གི་རྩ་ལྟ་བུ་ལ་ལྟོས་པ་འགལ་བས། རོ་བོས་ཡོད་པ་དང་ཡེ་མེད་གཉིས་ཀའི་མཐའ་དང་བྲལ་  
བར་བྱུབ་བོ།། ཞེས་གསུངས་པ་འདིས་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་  
ནམ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ལུང་དེས་ནི་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་  
ཀ་དང་རྩི་ལྟར་བྲལ་བའི་རྩལ་བསྟན་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སེལ་བ་ཕྱོགས་  
ཅམ་ཡང་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཕྱིད་བར་གྱིས་ཤིག་། དེར་མ་ཟད་ལམ་རིམ་རྒྱུད་བ་ལས། གཏན་  
ཆེགས་ཀྱི་ངེས་པས་ནི་ཆད་ལྟ་དང་དམ་བཅས་པའི་ངེས་པས་ནི་ཉག་ལྟ་རྩ་བ་ནས་སུན་འབྱེན་  
པའི་ཕྱིར་རོ།། ཞེས་གསུངས་པ་དང་བསྟན་ན་མཐའ་གཉིས་རིམ་ཅན་དུ་སེལ་བར་ཁས་སྐྱོང་  
དགོས་ཏེ། སེལ་བྱེད་ཀྱི་ངེས་པ་གཉིས་པོ་རིམ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ།། འོན་ཏེ་གཏན་ཆེགས་  
ངེས་པས་ཆད་ལྟ་སེལ་བར་གསུངས་པ་ནི་དེ་ལ་ཆད་ལྟ་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ལུགས་མཆོན་  
པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། གཏན་ཆེགས་འགོད་པའི་སྡོན་རོལ་ཏུ་མི་སེལ་བར་དེར་གསར་དུ་སེལ་དགོས་  
པར་གསུངས་པ་གལ་ཡིན་ཏེ་མིན་ནོ།། གལ་ཏེ་ལམ་གཙའི་རྩ་བ་ལས། ནམ་ཞིག་ངེས་འདོག་  
མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། ཞེས་པ་འདིས་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བར་བསྟན་ཏེ་སྟེན་ན།  
མང་པོ་ཞིག་གིས་འདི་ཉིད་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སེལ་བའི་ཤེས་བྱེད་དུ་འཁྲལ་འདུག་པས་

ཞིབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ།། དེ་ལ་འདིའི་ཅིག་ཅར་ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱར་མཐོང་  
 བ་ཙམ་ཉིད་ནས། ཞེས་པའི་ཆོག་འོག་མས་བསྟན་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེའང་གང་ཞིག་རྟེན་འབྱུང་  
 དུ་རྟོགས་ཙམ་ནས་ཆད་མ་གཞན་བརྒྱུད་མི་དགོས་པར་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་  
 རང་སྟོབས་ཀྱིས་འདྲན་བྱས་པ་ཞིག་བྱང་ན་དེའི་ཆེ་ལྟ་བའི་དབྱུད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཡིན་པས། མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སེལ་བའི་ཁྲུངས་སུ་རི་ལྟར་འབྲེལ། གཞན་ཡང་སྤང་བ་  
 རྟེན་འབྲེལ་སྐྱབ་བྱེད་དང་། རང་བཞིན་སྟོང་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པས། ཅིག་ཅར་དུ་རྟོགས་ལུགས་  
 མེད་ལ། ཡོད་དུ་ཚུགས་ཀྱང་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སེལ་བའི་ཁྲུངས་སུ་མི་འགྲོ་སྟེ། སྤར་ལྟར་  
 མེད་མཐའ་སྟོན་དང་ཅིག་ཤོས་རྗེས་སུ་སེལ་བ་ལས་མ་འདས་པའི་བྱུང་རྟོ།། དེས་ན་བྱ་གཉིས་  
 མཆོ་མར་སྐྱེ་བ་ལ་བསམས་ནས་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་འབྲ་བར། སྤང་སྟོང་ངེས་བྱེད་  
 གྱི་ཆད་མ་གཉིས་པོ་བར་མ་ཆད་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་དགོངས་ནས་ཅིག་ཅར་ངེས་པར་གསུངས་ཏེ།  
 དུས་རྒྱུས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཅིག་ཅར་རོ།། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་བྱུང་ན་མཐའ་གཉིས་  
 རིམ་གྱིས་སེལ་བར་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱུང་བས་ཡིག་ཆ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཅིག་ཅར་དུ་  
 སེལ་བར་བཤད་ཀྱང་ཡིད་རྟོན་མི་བྱའོ།། འོ་ན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་ལ་རིགས་པའི་  
 རྒྱལ་པོར་བསྐྱགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། སྤང་སྟོང་གཉིས་ཀར་ངེས་པ་ཆ་མཉམ་དུ་སྟེར་  
 བས་ཏེ། རྒྱས་པར་གཞན་དུ་བྲིས་བྲིན་ཏོ།། གཞན་ཡང་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བྱེད་གྱི་  
 རེས་ཤེས་གཉིས་པོ་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། དེའི་ཆེ་རྟོག་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་བ་སོགས་  
 གྱི་གཞོད་བྱེད་མང་བས། རྟེན་འབྱུང་གིས་མཐའ་གཉིས་བདེ་སྐྱག་ཏུ་སེལ་ཞེས་བྱའི། ཅིག་ཅར་  
 དུ་སེལ་ཞེས་མི་བྱའོ།།

བཞི་པ་སྐྱེའི་སྤང་ཚུལ་ལ་དབྱུད་པ་ནི། དཔེར་ན་ཕྱོགས་གང་དུ་སྤང་བ་བྱུང་ན་ཕྱོགས་  
 དེར་ཐུན་པ་འབབ་པའི་སྐྱགས་མེད་པ་ལྟར། གཞི་གང་ལ་རྟེན་འབྱུང་མཐོང་ན་གཞི་དེར་མཐར་

ལྷ་འབྲུག་པའི་གྲགས་མེད་པ་སྟེ། མདོ་ལས། མཁས་པས་རྟེན་འབྲུང་ཆོས་རྣམས་རྟོགས་  
ལྡར་རྟེ། མཐར་ལྷ་བ་ལ་བརྟེན་པར་ཡོང་མི་བྱེད། ཅེས་དང་། འབྲུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་  
དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་རབ་འབྲུང་བས། རྟོག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་མི་རུས་པ། དེ་ཕྱིར་རྟེན་  
འབྲུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། ལྷ་ངན་ཏ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། ཅེས་དང་། བཞི་  
བརྒྱ་པ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ནི། མཐོང་ན་གཏི་ཐུག་འབྲུང་མི་འབྲུང་། ཞེས་  
དང་། ཚ་ཤེས་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་གང་། དེ་ནི་རོ་ཐོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི། ཞེས་  
སོ། དེས་ན་གང་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཇི་བཞིན་རྟོགས་དང་མ་རྟོགས་ནི་དེ་ལ་མཐར་  
འཇིག་གྱི་དམིགས་གཏད་བྱ་ས་མེད་པར་འགྲོ་ཡིན་འདུག་མི་འདུག་ལ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན་ཏེ་མན་ངག་  
གོ། །འོ་ན་རང་སྟེ་དངོས་སྤྱོད་བས་སྤྱོད་ཀྱི་རྟེན་འབྲུང་དུ་རྟོགས་སམ་མ་རྟོགས་མ་རྟོགས་ན་ས་  
ཐོན་དང་ཚུ་ལུད་སོགས་གྱི་རྒྱ་རྒྱེན་ལས་སྟེ་བར་རྟོགས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་རྟེན་  
འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆེགས་དེ་དག་ལ་འགལ་རྟགས་སྤྱོད་པར་གསུངས་པ་དང་ཡང་འགལ་ལ།  
རྟོགས་ན་དབྱ་མ་པས་དེ་དག་གི་མཐར་འཇིག་གྱི་དམིགས་གཏད་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བཞིག་མི་  
དགོས་པར་འབྲུང་རོ་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཁས་ལེན་གྲང་ཆད་མས་མ་རྟོགས་ཟེར་  
སྟོལ་གཅིག་དང་། རྟོགས་གྲང་རྟོགས་པར་མ་རྟོགས་ཟེར་སྟོལ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་བྱུང་བ་ལས།  
རང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལྷར་བྱས་ན་རུང་ངམ་སྟུམ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་རང་གི་བྱ་བ་མཐའ་ལ་  
གྲགས་ཆོད་ཅུམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་རགས་པའི་རྣམ་གཞག་རྟོགས་གྲང་དབྱ་མའི་བཞེད་པ་ལྷར་གྱི་  
ཐ་ཞིང་ཞིབ་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་དཔེར་མཆོན་ན་གང་ཟག་ལུང་པོ་ལ་སྟོས་པར་  
འཛོག་ཤེས་གྲང་ལུང་པོ་གང་ཟག་ལ་སྟོས་པ་འཛོག་མི་ཤེས་པ་ལྷ་བྱའོ། དེ་ལྷར་ན་རྟེན་འབྲེལ་  
བསྟོད་པ་ལས། རང་བཞིན་མེད་ལ་བགྱི་བའི་སྟོ། ལྷ་མེད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་གི་ །མིང་ཉིད་  
ཀྱིས་ནི་རང་བཞིན་དུ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་འདྲ་སྟོགས་རེ་ཅུམ་ལས་རྟོགས་

པར་མ་རྟོགས་ཞེས་པའི་དོན་དུ་བྲངས་དགོས་ཀྱི། ཡེ་མ་རྟོགས་པ་ལ་བྲངས་སུ་མི་རུང་སྟེ། དེ་  
ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཕྱོགས་ཟུ་མར་སྟོང་པ་དང་འབྲ་བར་རྟེན་འབྲེལ་གྱང་བསྐྱབ་དགོས་ན་དེ་ནི་གང་  
དུའང་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལམ་རིམ་ཆེ་བ་ལས། ཕྱོགས་ཟུ་དེ་དག་གིས་  
རྟེན་འབྲེལ་རིམ་ཞེན་མ་རྟོགས་པར་གསུངས་པའང་རྫོགས་པར་མ་རྟོགས་པ་ལ་གོ་དགོས་སོ།།

གསུམ་པ་རིམ་ལྟར་སྟོང་བའི་ཚུལ་ནི། བདེན་མེད་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ངེས་ན་  
བསྐྱབ་བྱའི་བདེན་མེད་རང་ལྷགས་ཀྱིས་ངེས་རུས་ཀྱི། གཞན་དུ་རིམ་ལྟར་གྱང་ངེས་པའི་  
གནས་མེད་པས། ལྟ་བ་སྟོང་ཟེར་ཡང་ཐོག་མར་ཚུལ་གསུམ་ཉིད་བསྐྱངས་དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་  
ཡང་། རིམ་ལྟར་དུ། ཆོས་རྣམས་རྒྱུ་ནི་མང་པོ་དག །ལྟན་ཅིག་འདུས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། རྒྱུ་  
ནི་མང་པོ་འདུས་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་མེད་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཕྱི་ནང་  
གི་ཆོས་རྣམས་རྒྱ་རྒྱུ་ཆོག་ཆོག་ཅམ་ལས་བྱུང་ཞིང་། དེ་བྱུང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུབ་དགོས་  
པ་དང་། བརྒྱལ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་བྱུབ་པའི་དོན་མེད་ལྷགས་སེམས་པ་  
སྟེ། མདོར་ན་གང་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་བྱུབ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུབ་པས་བྱུབ། དཔེར་ན་གཟུགས་  
བརྟན་བཞིན། ལྷ་གྲུ་ལྟ་བུ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་བྱུབ་པོ་སྟམ་དུ་སེམས་པའོ། འོན་ཏེ་དབྱང་དགོས་  
པ་ཞིག་ནི་སྐབས་འདིར་རྒྱ་རྒྱུ་གཞན་ལས་བྱུབ་མ་བྱུབ་ནི་གཞན་ལ་རག་ལས་མ་ལས་ཀྱི་དོན་  
དང་། དེ་ནི་བདག་ཏུ་བྱུབ་མ་བྱུབ་ཀྱི་དོན་ཏེ། བཞི་བརྒྱལ་པའི་འབྲེལ་བ་ལས། དེ་ལ་བདག་ཅེས་  
བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པའི་ངོ་མོའི་རང་བཞིན་ཏེ། དེ་  
མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་ལ། དེ་ལྟ་བུ་སྐྱབ་བྱུ་བྱུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་གཞན་  
ལས་སྐྱེ་བར་ངེས་པ་ཅམ་གྱིས་རང་དབང་བའི་བདག་མེད་པར་ངེས་དགོས་པས། རྟེན་འབྲེལ་  
ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱབ་བྱུ་བདེན་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱུ་ངེས་པའི་  
སྟོན་དུ་འགྱུར་རོ་སྟམ་ན། འདིར་གཞན་ལ་རག་ལས་ཀྱི་དོན་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་གཞན་ལ་རག་ལས་

མ་ལས་ཙམ་མིན་གྱི། ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་ཡུལ་ཅན་རྟོག་པ་ལ་རག་ལས་མ་ལས་ཏེ། དེའི་  
དབང་གིས་བཞག་མ་བཞག་གི་དོན་ཡིན་པར་སྒྲག་མཐོང་ཆེན་མོར་གསུངས་པས་རྟགས་གྲུབ་  
ན་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པའི་སྟོན་མེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ནལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་བཞི་བརྒྱ་པར། གང་ལ་  
བཏེན་ནས་འབྱུང་ཡོད་པ། དེ་ནི་རང་དབང་མི་འགྱུར་རོ། ། འདི་ཀྱན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། དེ་  
བྱིར་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་རང་དབང་ཡང་གཞན་དབང་གི་ཕྱོག་ཆེ་ཙམ་  
ལ་མི་བྱ་བར་རྟོག་པས་མ་བཞག་པའི་སྟོན་ལུགས་ལ་བྱ་དགོས་པར་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་  
ཏེ། མན་དག་དུ་བཟུང་དགོས་སོ། །

རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གི་མཛོད་གཅིག་བྱ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྒྱད་  
མང་སྤྱུལ། ཡིད་རབ་མི་འཕྲོགས་བདག་དང་བདག་འབྲ་བ། མི་རུ་སྒྲུབས་ཀྱང་དོན་དུ་བྱུང་  
སོང་ཉིད། ཞེས་ཀྱང་སྤྱུལ་སོ། །

བཞི་པ་མྱང་འདས་ཞི་ཞིང་དགེ་བའི་དོན་འཆད་པ་ལ་ལྟ། མྱང་འདས་ཀྱི་རོ་པོ་ངོས་  
བཟུང་བ། དེ་མཛོན་དུ་བྱས་པའི་ཚུལ། འཛོལ་བྱེད་དང་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། སྤར་མི་ཕྱོག་པའི་རྒྱ་  
མཚན། ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་ཀྱི་རོ་པོ་གང་ཡིན་དབྱེད་པའོ། ། དང་པོ་མྱང་འདས་ཀྱི་རོ་པོ་ནི།  
ཅ་ཤེའི་ཤིག་ཆེན་ལས། འདིར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ས་བོན་སྤངས་པ་དང་ཉེར་ལེན་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་སྤང་  
བ་རུབ་པའི་གཞིར་རྒྱར་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མྱང་འདས་སུ་བྱའི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རང་བཞིན་དང་སྟོ་བྱར་ཀྱི་བྱི་མས་དབེན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ། མྱ་ངན་འདས་པ་བདེན་  
གཅིག་བྱ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཁུངས་མང་ངོ་། །

གཉིས་པ་ལ། གཞན་ལུགས་དག་ག། རང་ལུགས་བཞག། དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤོང་བའོ། ། དང་  
པོ་ལ། འདོད་པ་བརྟོད་པ་དང་། དེ་དག་ག་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པར།  
རྣམ་པར་འཛིག་པས་འགོག་འགྱུར་གྱི། འདུས་བྱས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་མིན། ཞེས་གསུངས་



བ་ལྟར། རང་སྡེ་དངོས་སྤྱོད་བ་ལྟར་ན། གཉིན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕུང་པོའི་རྒྱན་འཛིག་བ་སྟེ་ཆད་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་འགོག་བ་མངོན་དུ་བྱ་དགོས་ཀྱི། དེའི་རང་བཞིན་ཤེས་པའི་སྟོན་ནས་མིན་ཏེ།  
འདུས་བྱས་འཁོར་བ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་དབང་གིས་སོ།།

གཉིས་བ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ནི་སྤྱོད་ལ་མངོན་སུམ་འགྱུར། ཞིག་ཤེས་བ་དེ་རི་ལྟར་  
ཡིན། ཞེས་ཏེ། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཕྱང་འདས་དེ་ནི་སྤྱོད་ལ་མངོན་དུ་འགྱུར་ཏེ་སྤྱོད་གཅིག་གི་རྒྱད་  
ལའང་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལྟར་ན་མངོན་དུ་བྱེད་མཁན་གྱི་གང་ཟག་  
ཡོད་དུས་མངོན་དུ་བྱ་རྒྱུ་ཕྱང་འདས་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་དུས་ཕྱང་པོ་འགགས་པས་མངོན་དུ་བྱེད་  
མཁན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱང་པོ་ཞིག་བ་སྟེ་ཕྱང་འདས་ཐོབ་པ་ཤེས་པའི་སྟོན་ནས་  
འདི་ལྟར་བདག་གིས་བྱ་བ་བྱས་སོ།། འདི་ལས་སྲིད་བ་གཞན་མི་ཤེས་སོ།། ཞེས་ཆེད་དུ་བརྗོད་  
བ་དེ་ཡང་རི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལྟར་ན་ཆེད་དུ་བརྗོད་དུས་བརྗོད་བྱའི་ཕྱང་  
འདས་མ་གྲུབ་ཅིང་། དེ་གྲུབ་དུས་ཆེད་དུ་བརྗོད་མཁན་འགགས་ནས་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ།།

གཉིས་བ་རང་གི་ལུགས་ནི། དཔེར་ན་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་གང་དུ་དམིགས་པའི་སྤྱོད་  
ཤད་ལ་རབ་རིབ་དག་པས་དེར་བལྟས་ན་ཅི་ཡང་མི་དམིགས་བ་ལྟར། མ་རིག་ཅན་གྱིས་  
མཆོན་མར་དམིགས་པའི་འཁོར་བ་ལ་མ་རིག་སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཞིགས་ན་ཅི་ཡང་མི་  
དམིགས་ཤིང་། མི་དམིགས་བ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པ་ལ་མཐོང་བའི་ཆོས་མྱ་ངན་ལས་འདས་  
བ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། བདག་གིས་བྱ་བ་བྱས་སོ།། ཞེས་བའང་དེའི་སྟོན་ནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས།  
མ་རིག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ལ། ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཞིགས་ན། སྤྱོད་བ་དང་ནི་འགག་བའང་  
རུང་། འགའ་ཡང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། དེ་ཉིད་མཐོང་ཆོས་མྱ་ངན་ལས། འདས་ཤིང་  
བྱ་བ་བྱས་པའང་ཡིན། ཞེས་དང་། རྒྱན་ལས། ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། ཡང་དག་མཐོང་  
ནས་རྣམ་པར་གྲོལ། ཞེས་སོ།། མདོར་ན་འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ནས་དེ་

མངོན་དུ་བྱས་པ་ཉིད་མཛད་མངོན་དུ་བྱས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། སྲིད་པ་ཡོངས་  
སུ་ཤེས་པ་ཉིད། སྲུང་ན་འདས་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད། ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། འོ་ན་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱིས་ཀྱང་འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པས་མཛད་མངོན་དུ་བྱས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པ་ལ་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པས་མ་ཁྲབ་པའི་བྱིར་རོ། འདིའི་རྒྱ་མཚན་གསལ་བར་གཞན་  
དུ་བྲིས་ཟིན་ཏོ། གཞན་ཡང་། དེ་ནི་སུ་ལ་མངོན་སུམ་འགྱུར། ཞེས་འཕེན་པར་མི་རིགས་ཏེ།  
ལྷག་བཅས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དབང་བཅོམ་དེ་ལ་མངོན་དུ་འགྱུར། ཞེས་ལན་བཏབ་པས་ཆོག་  
ལ། ལྷག་མེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེ་མངོན་དུ་བྱས་ཆེ་རིག་རྒྱན་ཆད་མི་ཆད་ཀྱི་ལུགས་གཉིས་  
ལས། རྟོགས་དང་པོར་འཕེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རང་ལའང་མཚུངས་ཤིང་། བྱི་མའི་དབང་དུ་  
བྱས་ན་ལྷག་མེད་པ་དེ་ཉིད་ལ་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ་བ་ག་ལ་འཇུག་སྟེ་མི་འཇུག་པའི་བྱིར་  
སྦྱོམ་ན། ལྷག་བཅས་དང་ལྷག་མེད་ཀྱི་འཛོག་ལུགས་དངོས་སྤྱད་དང་མཐུན་ན་ཐལ་བ་མི་འཇུག་  
པ་བདེན་མོད་ཀྱང་། དེ་འཛོག་ཚུལ་རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་དང་གཏན་ནས་མི་འབྲེལ། ཇི་ལྟར་  
ཞེ་ན། སྤྱབ་མཐའ་འོག་མའི་ལུགས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་སྲུང་འདས་གཞིར་བྱས་པ་ལ་  
ཐག་བཅས་ཀྱི་སྤང་པོའི་རྒྱན་མ་ལོག་པ་དང་ལོག་པ་ཅམ་ལ་རིམ་བཞིན་ལྷག་བཅས་དང་ལྷག་  
མེད་དུ་བྱེད་ཅིང་། འདི་པའི་ལུགས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་གཞིར་བྱས་པ་ལ་བདེན་སྤང་  
གི་ལྷག་མ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་རིམ་བཞིན་ལྷག་བཅས་དང་ལྷག་མེད་དུ་གསུངས་ཏེ། དེའི་  
དབང་གིས་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཡང་ལྷག་མེད་སྦྱོན་ལ་ཐོབ་ཅིང་། དེ་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་བཅས་ཀྱི་སྤང་པོ་  
འགག་མི་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་བྱད་ཆོས་རྣམས་བྱུང་བས། གོང་གི་ཐལ་བ་  
དེ་ཡང་དངོས་སྤྱད་ལ་འཇུག་གི་རང་ལ་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་ཀྱིས་  
སོ། ། དེས་ན་ཉོན་མོངས་ཅམ་སྤངས་ཟིན་པའི་འོག་ཏུ་ཆོས་ཉིད་ལ་ནམ་མཉམ་པར་གཞག་པ་ན་

མྱང་འདས་རེ་ཞིག་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ཤེས་སྤྱི་བ་སྤངས་ནས་ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་  
གཞག་པ་ན་ཡོངས་སུ་མྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་སྤར་མི་ལྡང་བའི་  
ཚུལ་གྱིས་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་བྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་འདིར་ལྷག་བཅས་  
མྱང་འདས་མྱང་འདས་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ནམ་མིན། མིན་ན་མྱང་འདས་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་  
ལྷག་མ་དང་བཅས་མ་བཅས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་འགལ་ཞིང་། ཡིན་ན་རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་  
ལས། གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་མ་འགགས་ན། ཉོན་མོངས་ཟད་ཀྱང་འདས་མི་འགྱུར། ། གང་ཆེ་འདིར་  
དེ་འགགས་གྱུར་བ། དེ་ཡི་ཆེ་ན་གྲོལ་བར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན། དཔྱད་  
གཞིའོ། ། འོན་ཏེ་འདིའི་འགག་མ་འགག་ནི་ཟག་མེད་རིགས་ཤེས་ཀྱི་ངོར་འགག་མ་འགག་ལ་བྱ་  
དགོས་ཀྱི། ལྷན་འགག་མ་འགག་པ་ལ་བྱར་མི་རུང་བའི་གནད་ཅིག་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། ལྷབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱའོ། ། དང་པོ་ནི། འཁོར་  
བར་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས། ཐར་པ་མྱང་འདས་ཐོབ་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ཡང་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཁོ་ན་སྟེ། ཉིང་རྒྱལ་ལས། གལ་ཏེ་  
ཆོས་ལ་བདག་མེད་སོ་སོར་རྟོགས། ། སོ་སོར་དེ་བརྟགས་གལ་ཏེ་བསྟོམ་པ་ནི། འབྲས་བུ་  
མྱང་ན་འདས་ཐོབ་རྒྱ་དེ་ཡིན། རྒྱ་གཞན་གང་ཡིན་དེས་ནི་ཞིར་མི་འགྱུར། ། ཞེས་ཏེ། མཐའ་  
སྤྱི་སོ། ། དེའང་བདག་མེད་རྟོགས་པས་བདག་འཛིན་འགགས་ཤིང་། དེ་འགགས་པས་འདྲ་  
བྱེད་འགགས་པ་ནས། ལྷག་བསྐལ་གྱི་ཕྱང་པོ་འབའ་ཞིག་པའི་བར་རིམ་གྱིས་འགགས་ཏེ་མྱང་  
འདས་མངོན་དུ་བྱས་པ་བཤད་པ་ནི་ཐུན་མོང་བ་དང་། དེ་འབྲའི་རིམ་པ་ལ་མི་སྟོམ་པར་རི་  
ལྟར་གཉིད་སད་པ་ན་མི་ལམ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་རང་ཡལ་ལ་འགོ་བ་དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རང་  
བཞིན་ཤེས་ནས་མྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་པར་བཤད་པ་ནི་ཐུན་མོང་མིན་པ་སྟེ། འདྲུག་པ་  
ལས། གལ་ཏེ་གཉི་སྤྱག་བརྟེན་ནས་ལས་འབྱུང་གཉི་སྤྱག་མེད་པར་དེ། མི་འབྱུང་ཞེས་བྱར་མི་

མཁས་ཁོ་ནས་ཉོགས་པར་གོར་མ་ཆག། གློ་བཟང་ཉི་མས་སྤྱན་པ་སྤྱག་པོ་ནམ་པར་བསལ་བ་  
ཡི།། མཁས་པ་དག་ནི་སྟོང་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་གོལ་བར་འགྱུར།། ཞེས་འབྱུང་བའི་དགོངས་  
པའོ།། དཔེ་གཞན་ཡང་ཐག་པའི་སྤྱལ་གྱི་འདིགས་པ་སེལ་བ་ལ་མཆོན་ན། སྤྱལ་དེར་བྱམས་  
པ་དང་སྟོང་རྗེ་བསྟོམ་པ་སོགས་ཐབས་གཞན་གྱིས་སེལ་ཚུལ་གཅིག་དང་། སྟོན་མེ་བཏེག་ནས་  
སྤྱལ་དུ་མི་བདེན་པར་ཤེས་སུ་བཅུག་སྟེ་སེལ་ཚུལ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་ལས། བྱི་མ་ཉིད་ཐབས་གྱི་  
དམ་པར་འགྱུར་བ་ལྟར། འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་ནས་དེའི་སྤྱག་བསལ་རང་ཞི་ལ་  
སོང་བའི་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་ཚུལ་གསུང་བ་ཉིད་ངེས་དོན་མཐར་ཐུག་ཏུ་བཟུང་དགོས་ཏེ།  
ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ།། ཡང་དག་མཐོང་ནས་ནམ་པར་གོལ།། ཞེས་འབྱུང་བ་ཉིད་གྱིས་  
ཤེས་སོ།། འདི་ལྟར་བྱས་ན་མི་ལམ་གྱི་རྒྱས་མི་ལམ་གྱི་མེ་བསད་དེ་དེའི་འདིགས་པ་ལས་ཐར་  
བར་བྱེད་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པར་བཤད་པ་དང་ཡང་འགྲིག་གོ།

གཉིས་པ་ལ། ཐར་བ་སྤྱབ་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྤྱབ་བྱེད་གྱི་  
རིགས་པའོ།། དང་པོ་ནི། གང་རང་གི་རྒྱུའི་རིགས་ལ་གཞོད་བྱེད་གྱི་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་ཡོད་  
ན་རང་ཉིད་ཟད་པའི་སྐབས་ཡོད་པས་བྱུང། དཔེར་ན་རྒྱ་གང་རེག་ལ་གཞོད་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་  
དམིགས་པས་གང་འབྲས་སྤྱ་ལོང་བྱེད་ཡོངས་སུ་ཟད་པའི་སྐབས་ཡོད་པ་བཞིན། སྤྱག་བསལ་  
གྱི་ཕྱང་པོ་འདིའི་རྒྱ་ལ་འང་གཞོད་བྱེད་གྱི་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་དམིགས་སོ།། ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ནི་གཏན་དུ་བ་མིན་ཏེ། རྒྱ་ལ་གོགས་སོགས་མིན་ཕྱིར་རོ།། ཞེས་  
སོ།། འདིའི་ཕྱོགས་བྱུང་གང་ལས་རྗེ་ལྟར་ངེས་པའི་ཚུལ་ནི་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ནི། རི་སྐད་དུ། ལྷང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། ཐབས་དང་བཅས་པ་རིག་  
མཛད་པ། གང་དེ་ཆད་མ་ཉིད་འདོད་གྱི། ཐམས་ཅད་རིག་མཛད་མ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་གྲུ་  
བ་དོན་གཉེར་ལ་སྟོས་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནི་བདེན་བཞིའི་ལྷང་དོར་ཐབས་དང་བཅས་

བ་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་པ་ཞིག་ལ་བྱའི། ཐག་རིང་གི་གཞུགས་མཐོང་བ་སོགས་ལ་བྱ་བ་མིན་པར་  
 གསུངས་པས། སྐབས་འདིར་དེ་འབྲེལ་ཡི་ཤེས་ཡོད་པར་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་ཡང་  
 ལུགས་འབྱུང་གི་སྐབས་ནས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 དང་། ལུགས་ལྡོག་གི་སྐབས་ནས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་དུ་འབྲས་བྱའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་  
 ནས་ཏེ། སྐབ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་བྱུང་བ་ལས། དང་པོ་ནི། གང་རྟེན་བརྟན་ཅིང་གོམས་ཟེན་  
 འབད་ཚེལ་བསྐྱར་མ་ལ་མི་ལྟོས་པའི་སློ་ཡིན་ན་རང་གི་གོམས་བྱའི་ཡུལ་ལ་གསལ་སྤང་མཐར་  
 ཐུག་ཏུ་འབྱུང་རུང་ཡིན་པས་ཁྱབ། དཔེར་ན་འདོད་ཆགས་བཞིན། བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་  
 རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་། གཉིས་པ་ནི།  
 གང་གིས་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རང་དབང་དུ་གསུངས་ན་དེ་ཡི་རྒྱད་  
 ལ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་འཇལ་བའི་མཁྱེན་པ་ཡོད་པས་ཁྱབ། དཔེར་ན་བྱམ་པའི་གནས་ལུགས་  
 རང་དབང་དུ་སྟོན་པའི་སྐྱེས་བྱ་བཞིན། སྟོན་པས་ཀྱང་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཚུལ་དེ་  
 ལྟར་དུ་གསུངས་སོ།། ཞེས་བྱ་བ་འདིའོ།། མདོར་ན་ཐོག་མར་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་མི་  
 རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་རྟགས་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པར་བྱས་ལ། དེ་ནས་ཇི་ལྟར་ངེས་པའི་སློ་དེ་  
 ཉིད་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱིས་ཟེན་པར་བྱས་ཏེ་གོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་མི་འབྲལ་བར་  
 གོམས་པར་བྱས་ན་རྟེན་བརྟན་ཅིང་གོམས་ཟེན་འབད་ཚེལ་བསྐྱར་མ་ལ་མི་ལྟོས་པའི་སློ་དོན་  
 མཐུན་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་ཏེ་བསྐྱོམ་བྱའི་དོན་ལ་གསལ་སྤང་རབ་ཀྱི་  
 མཐར་ཐུག་པ་འབྱུང་རུང་གི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་དབྱིས་ཕྱིན་པ་བཅའ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་རྟེན་ན་ཐར་  
 བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གཉིས་ཀ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་སྟེར་བར་  
 འབྱུང་རོ།།

བཞི་པ་ནི། མུང་འདས་ཐར་པ་ཐོབ་ནས་སྤར་འཁོར་བར་ལྡོག་པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་དམ་

མེད། ཡོད་ན་སྤྲིན་ཅེའི་སྟོམས་འཇུག་དང་འདྲ་བར་དེ་ལ་འང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། མེད་ན་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་སྤྲ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། འདིའི་རྒྱ་མཚན། འཆེ་བ་མེད་དང་ཞེས་སོགས་ཆད་མ་ནམ་འགྲེལ་སོགས་ནས་ཀྱང་གསུངས་མོད། མཐར་ཐུག་གི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི། ལས་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་དབྱིངས་སུ་ཆོད་པས་ཏེ། དེ་ཆོད་པས་གཉུག་སེམས་ཞི་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་པ་ལས་སྤར་ལྟོག་པའི་རྒྱ་ཁྲིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།། མདོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་འདས་ལ་ཡང་དག་མཐའ་མདོན་དུ་བྱས་ཚུལ་མཐའ་ཆོད་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཟབ་གནད་ཅིག་ལ་ངས་པར་ལྟོས་ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པའང་འདི་ཡིན་པར་བཞེད་དོ།། འོན་ཏེ་སྐབས་མིན་པས་དེ་ཙམ་ལས་སྟོར་མི་རུང་ངོ་།། གོ་བདེ་བར་བརྗོད་ན་སྤང་བས་སུན་པ་སེལ་བྱས་ཀྱི་སུན་པས་སྤང་བ་སེལ་མི་བྱས་པ་ལྟར། བདག་མེད་རྟོགས་པས་བདག་འཛིན་འཛོམས་བྱས་ཀྱི་སྒྲིག་ནས་མི་བྱས་པས་རྒྱ་མཚན་དེས་རི་སྤྲིན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་མ་ཉམས་པ་དེ་སྤྲིན་དུ་མི་ཤེས་པའི་སུན་པ་འཇུག་པའི་སྒྲགས་མེད་ལ། དེ་མེད་ན་འཁོར་བར་ག་ལ་ལྟོག་སྟེ་ལྟོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡེ་ཤེས་ཉམས་པའི་སྐབས་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ།། དེ་བས་ན་མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ནས་བདེ་བ་ཀྱན་ཀྱི་ནང་ནས་རབ་དང་ཕྱལ་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཐར་པའི་བདེ་བ་ཉག་གཅིག་ཡིན་པར་མགྲིན་དབྱངས་གཅིག་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། ཚུལ་དེ་རིགས་པས་ཀྱང་བསྐྱབ་ཏུ་ཡོད་ལ། ཐོབ་ནས་སྤར་ཉམས་པའང་མི་སྤྲིན་པས། དེས་ན་ད་ངས་དལ་འབྱོར་ལན་གཅིག་རྟེན་པའི་སྐབས་འདིར་སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་བསྐྱིམས་ཏེ་བདག་གཞན་ཡོངས་ཀྱིས་དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ལ་ཡོད་རྒྱའི་རུས་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ།།

ལྷ་པ་ལ་ཐལ་རང་གཉིས་ལས། རང་རྒྱུད་པ་དག་གིས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྤང་འདས་དོན་དམ་དང་། ཐེག་དམན་ཀྱི་སྤང་འདས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་བཞེད་དེ། དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབང་གིས་ཡིན་པར་ཉི་སྤང་ལས་གསུངས་སོ།། ཐལ་



འགྲུར་བས་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཉིན་སྒྲིབ་ཏུ་བཞེད་པའི་དབང་གིས་ཐར་བ་མུང་འདས་ཐོབ་  
 བ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ངེས་པར་དུ་རྟོགས་དགོས་པར་བཞེད་ལ། དེའི་གནད་ཀྱིས་མུང་  
 འདས་ལ་དོན་དམ་གྱིས་བྱབ་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ།། དོན་དམ་ཡིན་ཕྱིན་ཟག་མེད་མཉམ་  
 གཞག་གི་གཟིགས་ངོར་གྲུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་གྲུབ་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ལས་མ་འདས་པས། འགོག་  
 བདེན་དོན་དམ་ཡིན་ཡང་དེ་བཞིན་ཉིད་མིན་ཞེས་མཁས་དབང་འགས་གསུངས་པ་ནི་རྟོགས་  
 དཀའ་བ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་ངོ་།། མདོར་ན་འཁོར་བ་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དོན་  
 དམ་ཡིན་པས་མུང་འདས་དོན་དམ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་སྟེ། འཁོར་བ་བདེན་སྟོང་དེ་ཁོ་ན་མུང་  
 འདས་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། འདི་སྟོར་ཞིབ་ཅིང་ཐ་བར་སྒྲུབ་ཀྱི་སྟེ་མར་གྲིས་ཟེར་  
 པས། འདིར་དེ་ཙམ་ལས་སྟོར་མི་འདོད་དོ།། གོང་དུ་ངེ་སྟོན་བཤད་པའི་གནད་ཀྱི་དོན་རྣམས་  
 འིལ་ཉེ་ལག་ལེན་དུ་གདབ་ན་འདི་ལྟར་དུ་བྱ་སྟེ། ཐོག་མར་སྲིད་པ་མཐའ་དག་མི་རྟག་ཅིང་མི་  
 བརྟན་པའི་ངང་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བསམས་ནས་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཅི་སྟེས་ལྟ། དེ་  
 སྟེས་པ་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་སུ་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་མན་ངག་བཞིན་དུ་  
 རྒྱན་བསྐངས་ནས་བསྐྱང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་ཞི་ཞིང་དགེ་བའི་  
 མུང་འདས་བདེ་ཆེན་གྱི་རང་བཞིན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འཕྱོལ་བར་འགྲུར་ངོ་།།

འདིར་སྒྲུས་པ། དུས་རིང་ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མགལ་མའི་འཁོར་ལོ་བཞིན་  
 དུ་ཁམས་གསུམ་འདིར། འཁོར་ཉེ་སྤྱག་རྒྱ་དེ་ཙམ་མུངས་ལགས་མོད། འཁོར་བྱེད་གང་ཡིན་  
 ད་བར་ངོ་མ་འཕྲོད།།

ད་ངེས་སྒྲ་མའི་འིན་གྱིས་འཕུང་བྱེད་དག །གཙང་བདེ་རྟག་བདག་བཟུང་བའི་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག །བཞི་པོ་འདི་དག་ཡིན་པར་ངོ་འཕྲོད་ནས། །གཞོམ་བྱེད་ཐབས་ཚུལ་དེ་རྣམས་ཅིས་མི་  
 བསྟེན།།

ཆེ་མུང་འདི་ཡི་དགར་ཡང་ལན་སྒྲན་ན།། ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་དག་པོ་ཡལ་བོར་  
བ།། ཤེས་ལྡན་སྤྱེ་བོའི་ལྷགས་སུ་རུང་མིན་བས།། ཡོད་རྒྱའི་ཚལ་གྱིས་འཛོམས་པར་རིགས་  
མིན་ནས།། བྱིན་ཅི་མ་ལོག་ལྟ་བ་བཞི་པོ་འདིར།། བྱག་རྒྱས་མནན་ཏེ་ཡོངས་ལ་བཀར་  
བཏགས་བས།། འདི་ལས་འདས་ན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡི།། ལྟ་བའི་ཚལ་ལས་རིང་དུ་གོལ་ལས་  
ཅི།། བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་གནད་ནམས་ཀྱན།། བྱག་རྒྱ་བཞི་ཡི་ཆོས་ཚལ་འདིར་འདུས་  
བར།། གཟེགས་ནས་འདི་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྟོམ་བཞི་ཞེས།། སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས་བསྐྱུགས་མིན་  
ནས།། དེ་ཕྱིར་ཆོས་ཚལ་ནམ་པར་དག་མིན་ནི།། བྱག་རྒྱ་བཞི་ཡི་ལམ་ནས་གཞལ་དགོས་  
ཏེ།། འདུན་སྣང་ཚོངས་པས་འབྱེད་རྒྱ་མ་ལགས་ཞེས།། དུས་མཐའི་དགེ་སློང་གཟུགས་ཤིག་  
དེ་སྐད་སྟུ།། ཡང་ཡང་རྒྱལ་བས་བསྐྱུགས་པའི་ལམ་གྱི་གནད།། ཟབ་ཟབ་ཆོས་ཚལ་རྒྱ་མཆོ་  
འདུས་པའི་དབྱིད།། བྱོགས་བྱོགས་སྒོ་ཡི་ཡུལ་དུ་གྱུར་འདི་ཡང་།། ལེགས་ལེགས་བསོད་  
ནམས་ཐོང་གིས་ཁྱག་མིན་ནས།། རྒྱལ་བས་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་ཆེ་ཤིང་ལས་ཀྱང་།། ཆོས་སྐྱ་  
འབྱུང་ན་སྐྱ་མས་བྱིན་བརྒྱབས་ཆེ།། ལེགས་བཤད་མི་སྤྱིའི་རང་དབང་མ་མཆིས་བས།། སྐྱ་བའི་  
ཆོད་དང་སྦྱར་ནས་མ་གཤུངས་ཤིག །

འོན་ཏེ་ཆོས་ཚལ་མཁའ་ལྟར་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་།། བདག་སྟོ་ཁབ་མིག་བཞིན་དུ་ཆེས་  
སྤ་བས།། རྒྱ་མཆོ་ཆེ་ལས་ཚུ་ཐེགས་ཅམ་ཞིག་ཀྱང་།། སྒོ་ཡི་ཡུལ་དུ་ཆུད་པའི་གོ་སྐྱབས་  
ཅི།། དེ་སྐད་འདི་ལ་འགལ་དང་མ་འབྲེལ་སོགས།། ལོག་པར་བཤད་པའི་ཉེས་ཆོགས་ཅི་  
མཆིས་ཀྱན།། ཐོག་མེད་བསགས་པའི་སྤིག་དང་ཆབས་གཅིག་ཏུ།། སྐྱ་མ་རྒྱལ་བ་སྤས་དང་  
བཅས་ལ་འཆགས།། དངོས་ཟིན་ཆོག་གི་རྩ་ལ་གཡེངས་མིན་བར།། དོན་གྱི་གཏིང་ལ་ཅི་བསྟེན་  
ལྟ་བ་ཡི།། སྟོན་མེད་ལེགས་བཤད་གསར་པའི་ཆོགས་མཆིས་ན།། གཟུར་གནས་མཁས་པའི་  
ཆོགས་ལ་སྤྱེས་སུ་འབྱུང།། འདིར་འབད་དགེ་བ་རི་སྟེད་མཆིས་སོ་འཆལ།། བདག་གཞན་

ལོག་པའི་ལམ་དུ་མི་གོལ་བར།། རྒྱལ་མཆོན་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་གྲུང་བཞུགས་ནས།། ཀུན་  
ཀྱང་གཏན་བདེའི་སྤྱིང་དུ་ཚུད་ཕྱིར་བསྟོ།། །

ཞེས་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་བྱུག་རྒྱ་བཞིའི་གནད་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལུང་  
རིགས་འོད་འབར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ལུང་འབྲེན་མང་པོའི་སྒྲིམ་པ་དོར་ནས་དོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་  
མདོ་ཙམ་དུ་བཅུན་གཟུགས་ལམ་མིང་དག་དབང་ལུན་ཆོགས་སུ་འབོད་པས་རང་གི་བརྗེད་བྱང་  
གི་ཚུལ་དུ་སྦྱར་བ་འདིས་ཀྱང་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་པ་ལས་སོར་ཚུད་དེ་ཀུན་  
ཀྱང་བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་ལྡན་གྱི་དཔལ་ལ་ཅི་དགར་ལོངས་སུ་སྟོད་པར་གྱུར་ཅིག ། །

དགེ་ལེགས་འཕེལ།

## དགེ་བཤེས་དཔལ་ལྡན་གྲགས་པའི་བྱིས་ལན་གནད་ལ་ རིག་པ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་བུ། སྟོན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་རྫོགས་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར།། བསྐྱེད་སྐྱབས་ཀྱི་  
དམ་པ་རིན་ཆེན་གསུམ།། གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་མཆོད་ནས་གྲུས་བསྟེན་ན།། བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོའི་  
བར་དུ་ཐུགས་རྗེས་བྱུངས།། ཆོག་བཞིའི་དོན་ལའང་རྫོངས་པ་བདག་ལྟ་བུས།། ཆོས་ཚུལ་སྤྱ་  
བའི་འོས་སུ་མ་མཆིས་མོད།། རྫོ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་གྲོགས་པོས་བསྐྱེད་པའི་ངོ་།། བརྫོགས་མ་ཅུས་  
ཕྱིར་ཆོག་འགའ་གསོལ་བར་བྱ།། དེ་ཡང་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ལ་སྦྱངས་པ་མཐར་སོན་  
པའི་ལོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྡན་གྲགས་པ་ལགས་ནས་གཞུང་ཆེན་  
མོའི་དཀའ་གནད་འབའ་ཞིག་ལས་བརྩམས་ཏེ་བྱི་བ་ཉེར་ལྔ་ཙམ་དང་། དེ་མཚུངས་ཁོ་བོས་བྲིས་  
པའི་འཆལ་གཏམ་འགའ་ལའང་དྲོགས་འཆར་མི་ཉུང་ཙམ་བཀོད་དེ་འདི་དག་ལ་ཅིས་ཀྱང་ལན་

ཐོབ་ཅིག་ཅེས་བསྐྱེད་མ་ནན་ཆེར་བྱུང་བར་བརྟེན། རང་གི་གོ་ཚད་ཙམ་མདོར་བསྐྱེད་གནད་དུ་  
དེལ་ཏེ་མཐར་ཆགས་སུ་གསོལ་བ་ལ།

དྲོགས་གནས་བཀའ་འདྲི། རྣམ་གསུམ་རིན་ཆེན་མཛོད་འཛིན་མཁས་གྲུབ་དམ་པ་  
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དགེ་ལམ་རིམ་པ་དག་དབང་ཕྱན་ཆོག་གས་མཆོག་གི་ཞབས་  
ཀྱི་པརློའི་བྱུང་དུ། གྲུས་གསོལ། དགེ་མཆོག་ནས་གྲུས་པར་ཐུགས་རྩེས་རྩེས་འཛིན་གྱི་བཀའ་  
སློབ་ཟབ་མོ་རིམ་སྐྱེད་གནང་བར་གྲུས་སློབ་པ་ཏུ་བརྟེན་ལ་བཀའ་འཛིན་སྒྲིག་ཏུ་ཆེ། སྤར་ཡང་  
གྲུས་ནས་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པར་རེ་སྟེ་སློབ་དམན་བདག་ལ་གཞུང་ཆེན་ནས་དྲོགས་གནས་བྱུང་  
བ་འགའ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དགེ་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ཚུལ་འགའ་ཞིག་  
ལེགས་མཇུག་ཞུས་པར། ཐུགས་གང་ནས་བསྐྱེད་ཀྱང་བཅོས་མིན་གྱི་དད་གྲུས་དཔག་མེད་ཏུ་  
འཕེལ་མོད། བརྗོད་དོན་ཟབ་ཆེངས་དེ་བཞིན་རི་བཞིན་མ་འཁུམས་པར་དྲོགས་འཆར་རེ་བྱུང་  
བྱུང་བ་བཅས་ཀྱི་སྐྱོར་བཀའ་འདྲི་ལྷ་རྒྱ་ཡོད་ལགས་པས། ཐུགས་བཅེས་འདོར་མེད་གསུང་  
ལན་ཞིབ་གསལ་རེ་ཅིས་ཀྱང་ངེས་སྐྱེད་ཡོད་པར་ཞུ།

དེ་བ་དང་པོ། དབུ་མ་ཐལ་འགྲུར་པའི་ཕྱགས་གཞིར་བཞག་དོན་སྡུ་སྡེ་གཉིས་ཀྱི་ཐར་  
པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ལམ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་དེ་དག་དང་། རང་རྒྱུད་པའི་  
གྲུབ་མཐའ་བཅས་མདོ་གང་དང་གང་གིས་གསལ་བར་བསྟན་པར་འདོད་དགོས་ལགས།

དང་པོའི་ལན་ནི། སྤྱིར་ཉན་ཐོས་སྡེ་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་བཀའ་མི་འདོད་པས་དེར་  
བཤད་པའི་ལམ་འབྲས་སོགས་ཁས་མི་ལེན་ཀྱང་། མདོན་པ་ནས་རི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་དུ་  
ཁས་ལེན་པས་དབུ་མེས་སུ་འཕྱགས་སུ་བྱས་ཀྱང་ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་ཁུངས་གཏུགས་པའི་  
གཙོ་བོ་ནི་མདོན་པའི་གཞུང་རྣམས་ཡིན་པར་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་ལ། འོན་ཏེ་དེ་ནས་བཤད་པའི་  
བརྗོད་དོན་འགའ་ཞིག་ལ་ཐལ་རང་སོགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་རགས་པའི་

མི་རྟག་སོགས་རྟོགས་པའི་ལམ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་རྩས་པར་བཤད་པ་ལ། ཐལ་  
འགྱུར་པས་སྒྲ་རི་བཞིན་དུ་ཁས་མི་ལེན་ཀྱང་རང་རྒྱད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པ་ལྟ་བུའོ།།

ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། རང་རྒྱད་པས་ཆོས་ཀྱན་བདེན་མེད་དུ་བཞེད་པ་ཤེར་  
མདོ་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པར་གནས་མེད་ཀྱང་། རང་ངོས་ནས་བྱུང་བར་བཞེད་པ་མདོ་གང་  
གིའང་དགོངས་པ་མིན་ཏེ། ཚེད་འདི་སེལ་བྱེད་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། འགར་ཡང་དངོས་  
པོ་ཡོད་ཅེས་མ་བསྟན་ཏེ། ཞེས་པས་ཤེས་སོ།།

དེ་བ་གཉིས་པ། སེམས་ཙམ་པར་ཆ་མེད་བསགས་པའི་ཕྱི་དོན་མེད་པ་ཙམ་ལས་  
ཕྱི་དོན་མེད་པར་འཐད་འཛིན་ཡོད་མེད། ཡོད་ན་དེ་ལོག་ཤེས་ཡིན་མིན། ཡིན་ན་དེ་སྒྲུལ་པའི་  
སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ལ་འབྲས་བུ་རི་འབྲ་ཡོད་མེད་གང་ལགས།

གཉིས་པའི་ལན་ནི། ཕྱི་དོན་མེད་ཅིང་ཤེས་པ་བདེན་བྱུང་ཏུ་འདོད་པ་སེམས་ཙམ་པའི་  
བྱུང་མཐའ་ཡིན་པས། སེམས་ཙམ་རང་རྒྱད་ལ་ཕྱི་དོན་མེད་པར་ལྟ་བའི་འཐད་འཛིན་ལོས་ཀྱང་  
ཡོད། འོན་ཏེ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། ལམ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོར་ལམ་ཙམ་ཡང་ཐོབ་མི་  
རྩས་ན། མཐོང་ལམ་སོགས་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་པར་གསུངས་ཏེ། གྲགས་ཆེའོ།།

དེ་བ་གསུམ་པ། རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་གི་ཆད་གང་ལགས། ཐལ་འགྱུར་པས་རང་  
སྟོང་འདོད་མིན། སེམས་ཙམ་པའི་ལྟ་བ་དེ་གཞན་སྟོང་དུ་འགོ་ཚུལ་དང་། རང་རྒྱད་པའི་ལྟ་བའང་  
དེ་དང་འབྲ་མིན་གང་ལགས། སེམས་ཙམ་དང་དབྱེ་མ་བ་གཉིས་ལ་མདོ་རྒྱུད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་  
བ་དང་། རྒྱད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་བྱུང་མཐའ་སྒྲུབ་གཉིས་རེ་ཕྱེ་རྒྱ་ཡོད་མེད་གང་ལགས།

གསུམ་པའི་ལན་ནི། ཐལ་འགྱུར་པའི་གཞུང་རྣམས་སུའང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ལ་  
རང་སྟོང་དང་། དེ་མིན་པའི་སྟོང་པ་ལ་གཞན་སྟོང་དུ་གསུང་བའང་ཡོད་མེད་ཀྱི། ཆོས་རྗེ་རྣམས་  
པས་བཞེད་པའི་རང་སྟོང་གཞན་སྟོང་ནི་དེ་དང་གཏན་མི་འབྲ་ཞེ། གཟུགས་གཟུགས་ཀྱིས་སྟོང་

བ་རང་སྟོང་གི་ཆོད་དང་། དོན་དམ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱིས་སྟོང་བ་གཞན་སྟོང་གི་ཆོད་དུ་བཞེད་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། དེ་ཡང་གཞུགས་སོགས་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་སྒྲོས་སྒྲོམ་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་  
 དོན་ཆོད་མས་མ་བྱུང་བས་རང་གིས་རང་སྟོང་ལ། དོན་དམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟག་པ། བརྟན་པ།  
 བདེན་པར་བྱུང་པ། སྐྱབ་པ་རང་དབང་བའི་དོ་སོ། མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་སོགས་རང་ཆས་སུ་  
 རྫོགས་པ། སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མེད་ནས་ལྷན་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་སྟོས་པའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དང་ཡེ་མ་འདྲེས་པར་གནས་པས་དོན་དམ་ཀུན་རྫོབ་  
 ཀྱིས་རི་ལྟར་སྟོང་ཚུལ་ནི་དེ་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། ། འདི་ལྟར་ན་སེམས་ཙམ་པས། གཞན་དབང་  
 དོ་སོ་ཉིད་ཀྱིས་མི་སྟོང་པར་གཞུང་འཛིན་རྩམ་གཞན་ཀྱིས་སྟོང་པར་བཞེད་པ་ལའང་དཔལ་ལྷན་  
 རྒྱ་བས། དེ་ནི་གཞན་སྟོང་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཐ་ཤལ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་  
 ཞེས་གཤུངས་པར་མཛད་མོད་ཀྱང་། སྤྱོད་སྤུའི་གཞན་སྟོང་དང་གཏན་མི་འདྲ་བ་ནི་སྤྱི་ཀྱང་  
 ཤེས་ཏེ། དེས་ཡོངས་བྱུང་གཞན་དབང་གིས་སྟོང་བ་གནས་སུགས་མཐར་ཐུག་ཏུ་འདོད་ལ།  
 སེམས་ཙམ་པས་གཞན་དབང་ཀུན་བཏགས་ཀྱིས་སྟོང་བ་གནས་སུགས་ཡོངས་བྱུང་ཏུ་བཞེད་  
 གྱི། ཡོངས་བྱུང་གཞན་དབང་གིས་སྟོང་བ་དེར་མི་བཞེད་པའི་ཕྱིར་དོ། ། འདི་སྟོར་རྒྱས་པར་མ་  
 སྟོས་ཏེ། མཁྱེན་པར་འཆལ་ན་དེས་དོན་རྒྱ་མཆོ་སོགས་སུ་གཟིགས་འཆལ་ལོ། །

དབུ་སེམས་ཀྱི་བྱ་བ་མཐར་སྐྱ་བའི་གང་ཟག་ལ་མདོ་རྒྱུ་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་  
 དང་། མདོ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་རྒྱུ་ཀྱི་འད་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་གང་ཟག་གཉིས་ཏེ་སྤྲོ་རྒྱ་ལོས་ཡོད་  
 དེ། དཔེར་ན། དབུ་མ་པའང་ཡིན་ལ་མདོ་རྒྱུ་གི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའང་ཡིན་པ་ནི་མཆོག་ཟུང་  
 གཉིས་ལྟ་བུ་དང་། མདོར་མ་ཟད་སྤགས་ཀྱི་འད་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ནི་སྤྲོ་སྐྱབ་ཡབ་སྐས་ལྟ་  
 བུ། འདིས་མཆོན་ནས་སེམས་ཙམ་པ་ལའང་རི་ལྟར་རིགས་པར་སྦྱར་རོ།

ཏྲེ་བ་བཞི་པ། བྱམ་པའི་བཏགས་དོན་བཙལ་ཞེས་པའི་བཏགས་དོན་དེ་གང་ལགས།



དེའི་མཆན་གཞི་ལ་བྱམ་པ་བཞག་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་པའི་རིགས་པས་བྱམ་པ་བཅའ་  
བར་ཐལ་བར་དྲོགས་པས་དེའི་ཚུལ་གང་ལགས། བྱམ་པ་བཏགས་དོན་བཅའ་ནས་རྟེན་པར་  
འཛིན་པ་དང་། དེ་བཏགས་ཤིང་དབྱེད་ནས་རྟེན་པ་དང་། མཐར་ཐུག་དབྱེད་པའི་རིགས་པས་  
དབྱེད་བཟོད་བྱ་དང་། དེ་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། དེ་རྩལ་ཡོད་བྱ་འཛིན་པ་སོགས་ལ་བྱེད་པར་  
ཡོད་མེད། རྩལ་ཡོད་བཏགས་ཡོད་གཉིས་དངོས་འགལ་བྱ་འདོད་དགོས་མིན་གང་ལགས།

བཞི་པའི་ལན་ནི། བྱམ་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པའི་དོན་མིན་གྱི་རྟོག་པས་བཏགས་  
པའི་དོན་ཡིན་པས་ན། བཏགས་དོན་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་གང་བྱ་ཚུལ་རི་ལྟར་བྱུང་བཅས་བཅའ་བ་ལ་  
བཏགས་དོན་བཅའ་བ་ཞེས་བྱའོ། དེའི་ཕྱིར་རིགས་ཤེས་གྱིས་བྱམ་པ་བཅའ་བ་ལ་བསྟོན་  
མེད་ཅིང་བཅའ་བས་རྟེན་པའང་མིན་ལ། གང་མ་རྟེན་པ་དེ་ནི་བྱམ་པ་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་  
བྱ་སོང་གི་གཏན་མེད་པའི་དོན་བྱ་སོང་ངོ་། གང་ཞེ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་བཅའ་ཆེ་  
རྟེན་དགོས་ཀྱང་། ཡོད་པ་ཅམ་ལ་དེ་མི་དགོས་པའི་གནད་གྱིས་སོ། འདི་ནི་དཔེར་མཆོན་ན་  
སྟོག་རྒྱ་རྒྱུ་ཡོད་ན་ཉེ་བར་སོང་ཆེ་དམིགས་དགོས་ཀྱང་། སྟོག་རྒྱ་སྟོག་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་  
དེ་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། བཅའ་ནས་རྟེན་པར་འཛིན་པ་ནི་ཀུན་བཏགས་ཡིན་པར་གསུངས་  
ལ། གང་བཅའ་བ་དང་། བཏགས་པ་དང་། དབྱེད་པ་སོགས་ནི་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གངས་  
ཡིན་པས་བཅའ་ནས་རྟེན་པ་དང་། དབྱེད་ནས་རྟེན་པ་སོགས་ཀྱང་རྣམ་གངས་སོ།

རྩལ་བཏགས་གཉིས་དང་བདེན་བརྟུན་གཉིས་ལ་སོགས་པ་ནི། བན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
གནས་པའི་དངོས་འགལ་བྱ་གསུངས་ཤིང་རིགས་པས་ཀྱང་བྱུང་ལ། དེ་ལ་དྲོགས་པའི་གནས་  
ནི་འདི་སྟམ་བྱ། དེ་ལྟ་ན་གང་ཡང་བདེན་པར་བཀག་ན་བརྟུན་པ་བྱུང་དགོས་པས། སྟོབ་པའི་  
མཉམ་གཞག་གིས་ཀྱང་ཆོས་ཀུན་བརྟུན་པར་བྱུང་བར་ཐལ་ཏེ། བདེན་པར་བཀག་པའི་ཕྱིར་  
སྟམ་ན། དབྱེད་དོ།

དྲི་བ་ལྟ་བུ། ཅ་ཤེས་རྣམ་པ་འདད་དུ། དགག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་སྟོན་པར། ཞེས་གསུངས་པ་དེའི་དོན་གང་ལགས། བུམ་པ་ཞིག་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱུ་སྐྱུ་བ་པ་གང་ཞིག་འཕེན་པར་འདོད་དགོས། རགས་པའི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་ནང་གི་འགོག་པའི་རྣམ་པ་བཞི་པོ་དེ་མེད་དགག་དང་མ་ཡིན་དགག་གང་ལགས། འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་ལས་ཀྱའོམ་པའི་རྣམ་པ་དེ་མེད་དགག་ཡིན་ཚུལ་ངེ་ལྟར་ལགས།

ལྟ་པའི་ལན་ནི། དགག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་སྟོན་ཞེས་པ་དངོས་འགལ་གྱི་ཆོས་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། གང་ཞིག་རྟག་པ་མིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་དེ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཞེས་པར་རྣལ་མར་རྟེ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གོ་བའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟུམ་སྟེ། དེ་ཅམ་ལས་ལྷ་རྒྱུ་མ་མཆིས་སོ།། ཡང་འཆི་ཞེས་པས་གང་འཆི་རྒྱའི་སེམས་ཅན་ཞིག་འཕངས་པ་ལྟར། ཞིག་ཅེས་པས་ཀྱང་གང་ཞིག་རྒྱའི་དངོས་པོ་ཞིག་འཕངས་པས་ཞིག་པ་མ་ཡིན་དགག་ཏུ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དེའོ།།

སྤྱིར་མདོ་སྟེ་པ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་འགོག་པའི་རྣམ་པ་བཞི་ཆར་མེད་དགག་ཏུ་འདོད་ལ། ནང་གསེས་དབུ་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་རང་བཞིན་དང་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མས་དག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། མདོ་སྟེ་པས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་བྲལ་ཆ་ཅམ་ལ་བཞེད་པར་ངེས་སོ།། རྟེ་བྲག་སྐྱ་བས་ནི་འགོག་བདེན་མ་ཡིན་དགག་ཏུ་འདོད་ལ། དེའི་ནང་ཆོན་གནས་མའི་བྲལ་ནི་འགོག་པ་ཞེས་བྲ་བ་གཅིག་ཐ་དད་དང་། ཡོད་མེད་སོགས་གང་དུའང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་འདོད་ཅེས་རྟོག་གི་འབར་བར་གསུངས་སོ།། བྱད་གཞི་འགོག་བདེན་དང་བྱད་ཆོས་རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་ཡིན་བྲལ་མཉམ་དུ་གསུངས་པས་བཞི་ཆར་དྲི་མ་གཉིས་བཀག་པའི་མེད་དགག་ཏུ་འདོད་དགོས་ལ། དེའི་སྤྱིར་ཆོས་གསུམ་པ་ལ་ཀྱའོམ་ཞེས་བདེ་བའི་མིང་གིས་བསྟན་པ་ནི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཆ་ནས་དེར་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་ནོ།། དཔལ་ལྷན་ཐལ་འགྱུར་

པ་ལྟར་ན་རགས་པའི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་བྱག་གིས་དེ་དང་དེའི་གོ་མི་ཆོད་པས། དེ་དག་གི་  
འགོག་པ་དང་ཞི་བ་སོགས་ཀྱང་དངོས་གནས་པར་ཅི་ལ་བཞེད་དེ། མི་བཞེད་པར་ངེས་སོ།།

དེ་བ་བྱག་པ། རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་སྟོང་དུ་སྟོང་ཉིད་དང་འགོག་བདེན་རྟོགས་པའི་རྟོག་པ་  
གཉིས་ཀྱི་འདྲིན་སྒྲངས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད། ཡོད་ན་དེ་གཉིས་རྟོགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་  
ཤེས་གཉིས་ལ་འང་མཚུངས་མིན། ཆོས་གང་འགོག་བདེན་དུ་འཛོག་ན་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་  
ཆ་ནས་འཛོག་དགོས་མིན། དགོས་ན་དེ་སྟོང་གང་གིས་རྟོགས་ཀྱང་དེའི་ཆ་ནས་རྟོགས་དགོས་  
མིན། འགོག་བདེན་གྱི་མཆོན་གཞི་ལ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་བཞག་པའི་དབང་དུ་  
བཏང་ཡང་། དེ་མཛོན་རྗེས་གང་གིས་རྟོགས་པ་ན་དེ་ཅམ་གྱིས་འགོག་བདེན་རྟོགས་པར་འདོད་  
དགོས་མིན་གང་ལགས།

བྱག་པའི་ལན་ནི། འགོག་བདེན་ཞེས་པ་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་  
འདོད་ཅིང་། དེ་མཛོན་དུ་བྱས་ཚུལ་ནི། སྟོང་གཞིའི་སེམས་རང་ཉིད་སྟོང་བྱུང་གྱི་དེ་མ་དང་བལ་  
བའི་སྟོན་ནས་རང་གི་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་བྱེད་དོ།། འབྲས་བུ་དག་པ་གཞུགས་  
ལ་སོགས། དག་པ་ཉིད་དེ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པས་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་མས་རི་ལྟར་  
དག་པ་དེ་ལྟར་ཡུལ་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་དག་པར་འདོད་དགོས་ལ། དེ་འདྲའི་ཆོས་ཉིད་ལ་དག་པའི་  
ཆོས་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་དེ། དེ་ལ་འགོག་བདེན་ཞེས་ཀྱང་ཟེར་རོ།། འོ་ན་འགོག་བདེན་དང་མུང་  
འདས་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད་སྟུང་ན། སྡེ་མ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅི་རིགས་པས་དག་པས་ཆོག་ལ། ཅིག་  
ཤོས་ནི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དག་དགོས་པས་སྡེ་མ་ལ་བྱི་མས་མ་བྱེད་ཀྱང་། རྟོག་ནས་  
བྱེད་པར་ཁས་སྐྱོང་རོ།། རྒྱལ་ཆབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ནི་མུང་འདས་མཐོང་ལམ་ནས་ཐོབ་  
པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་དཔག་ན་པལ་ཆེར་སྡེ་བྱི་དོན་གཅིག་ཏུ་བཞེད་པ་འདྲོ།།

འོ་ན་འགོག་བདེན་དང་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོང་གཉིས་ཀྱིས་ཡུལ་སྒྲངས་ལ་བྱུང་

བར་མེད་དམ་ཡོད་ཅི་ལྟར་སྟམ་ན། ཚེས་ཉིད་སྒྲུང་བའི་ཚྭ་ག་པ་ནས་བྱད་པར་མེད་ལ། འགོག་  
 བདེན་སྒྲུང་བའི་ཚྭ་ག་པ་ནས་བྱད་པར་ཡོད་དེ། དེ་སྒྲུང་བ་ལ་སྒྲུང་བྱེད་ཀྱི་ཚྭ་རང་ཉིད་ཚྭ་བྱར་  
 གྱི་ཁྱི་མ་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་ཚེས་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲུང་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། དེས་ན་  
 ཚྭ་ལྷན་གྱི་ལ་འཛིན་སྒྲུངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱད་པར་མེད་ཀྱང་། སྒྲུང་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་བྱད་པར་ཡོད་  
 པའི་ཞིབ་ཆ་བྱའོ། འགོག་བདེན་རྟོག་པ་ལ་ཅི་ལྟར་སྒྲུང་ཚུལ་དང་། རྟོག་མེད་ལ་ཅི་ལྟར་སྒྲུང་  
 ཚུལ་འབྲས་འབྲས་ནི། བརྟ་དབང་གིས་དང་དངོས་དབང་གིས་འབྱུག་པའི་བྱད་པར་ལ་བསམས་  
 བ་ཤེས་པས་མ་སྟོས་སོ།།

འི་བ་བདུན་པ། འི་བཅས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་འི་མེད་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་  
 རྒྱུ་ཡོད་མེད། ཡོད་ན་གང་ཞིག་གང་ཏུ་འགྱུར་ན་དེའི་ཆོས་ཉིད་དང་། དེར་མ་ཟད་དེའི་ལྷོག་པ་  
 བཅས་ཀྱང་དེ་བཞིན་འགྱུར་བར་འདོད་དགོས་མིན་གང་ལགས།

བདུན་པའི་ལན་ནི། ཚད་མའི་རིགས་པ་དང་སྤྱར་ན། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་དེའི་  
ཕྱོག་ཆ་སོགས་ནི་དངོས་མེད་བརྟེན་ཅམ་ཡིན་པས། གནས་མི་གནས་དང་འགྱུར་མི་  
འགྱུར་སོགས་ཀྱི་བརྟག་པ་བྱར་མེད་པ་སྟེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཕྱོག་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
ཟེར། གནས་དང་མི་གནས་རྟོག་པ་མིན། ཞེས་སོ། དེ་མ་དང་བཅས་བྲལ་གྱི་སེམས་སྣ་མྱེ་  
ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཚུལ་ཡང་འདིམ་གོང་བྱམ་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་ངོ་བོ་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་བ་མིན་གྱི།  
ཆུ་རྟོག་པ་དྲངས་མར་འགྱུར་བ་ལྟར་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་བ་ཅམ་སྟེ། མདོ་བྱུན་ལས། ཇི་  
ལྟར་ཆུ་རྟོག་པ་ལས་དྲངས་པ་ནི། དྲངས་པ་ཉིད་དེ་དེ་ལས་སྐྱེས་པ་མིན། ཞེས་དང་། དབྱས་  
མཐའ་ལས། ཆུ་ཁམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས། དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད། ཅེས་  
སོ། དེ་དག་གི་དོན་ཡང་། ལུང་ངོ་བོ་གཤེར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་འགྱུར་ཕྱོག་འགྲོ་བའི་ཆ་ནས་  
ཆུ་སྣ་མྱེར་འགྱུར་བ་འདོད་པ་མིན་གྱི། འོ་ན་གང་ཞེ་ན། སྤར་རྟོག་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་དང་མ་བྲལ་བ་

ལ་བྱིས་བྲལ་བའི་ཆ་ནས་སྲ་མ་བྱི་མར་འགྱུར་བར་འདོད་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
གསལ་རིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་འཕོ་འགྱུར་འགོ་བའི་ཆ་ནས་སེམས་སྲ་བྱིར་འགྱུར་བར་བཞག་  
པ་མིན་གྱི། འོན་གང་ཞེ་ན། སྲ་ངེ་མ་དང་བཅས་པ་ལ་བྱིས་བྲལ་བའི་ཆ་ནས་ཡིན་ཞེས་  
པ་སྟེ། དབྱིས་བྱིན་པར་བཤད་དོ། ། གཞན་ཡང་ཆོས་ཉིད་ལ་འགྱུར་བ་ཡོད་ན། སྲ་མ་བྱི་མར་  
ཁྱད་མེད་ཀྱང་། ཞེས་སོགས་དང་། རང་བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི། ལྷན་ཡང་འཐད་པར་མི་  
འགྱུར་རོ། ། ཞེས་པ་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ནི་གནས་པ་ཉིད་དེ། ཏྲག་པ་ཏྲག་པའི་དུས་  
དང་ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་ཆོགས་མང་སོ་དང་འགལ་བས། གང་ཞིག་གང་  
དུ་འགྱུར་ན་དེའི་ཆོས་ཉིད་འགྱུར་ག་ལ་དགོས་ཏེ། མི་དགོས་སོ། །

ངེ་བ་བརྒྱད་པ། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ངེ་མ་དང་བཅས་བྲལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཡོད་པར་  
གསུངས་པ་ལྟར། དེ་གོས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་སོགས་ལའང་འདྲ་མིན། ཆོས་ཉིད་གང་ངེ་མ་དང་བཅས་  
པ་དེ་ཉིད་ཟག་བཅས་སུ་འདོད་དགོས་མིན། ངེ་མ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཟད་ཅེས་པའི་དོན་གང་  
ལགས། དེ་སྒོར་བྱ་དང་སྦྱུ་སོགས་ལའང་འདྲ་མིན་གང་ལགས།

བརྒྱད་པའི་ལན་ནི། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ངེ་མ་དང་ངེ་ལྟར་བཅས་ཚུལ་ནི། ངེ་མས་  
ཆོས་ཉིད་ལ་བསྐྱབས་ཏེ་སེམས་ཀྱིས་དེ་མཐོང་བ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་  
ངེ་མ་དང་བྲལ་ཚུལ་ཡང་སྤྱོད་བྱེད་ལོག་ནས་ཆོས་ཅན་སེམས་དང་དེའི་ཆོས་ཉིད་གཉིས་སོ་  
རོ་གཅིག་ཏུ་སོང་བའི་དོན་ཡིན་ན། དེ་གོས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ངེ་མ་དང་བཅས་ཚུལ་དང་ངེ་ལྟར་  
མཚུངས་ཏེ། མཚུངས་པའི་སྐྱབས་མེད་དོ། ། མདོར་ན་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ངེ་མ་དང་བཅས་  
བྲལ་གྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་པ་གོས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་མཚུངས་པ་མིན་ཏེ། ངེ་བཅས་  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། ངེ་མེད་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཐུང་འདས་སུ་  
གསུངས་ཀྱི། གོས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། ། ཟག་བཅས་

ཞེས་པ་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཅི་རིགས་པའི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་རྒྱུ་ལ་བྱེད་ནའང་།  
ཆོས་ཉིད་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དོན་མེད་ལ། འཛིག་ཚུལ་གཞན་གྱི་དབང་དུ་བྱེད་ནའང་དེའི་  
དོན་མེད་དོ། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་གོས་ཆོས་ཅན་དུ་འཛིན་ལུགས་ཀྱིས་དེ་དང་སེམས་གཉིས་  
པོ་དེ་མ་དང་བཅས་བྲལ་བྱེད་ལུགས་མཚུངས་པར་བསྐྱེ་འདོད་པ་ནི་ལྟ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་མིན་  
གང་། བརྒྱ་ལ་ཡིན་ན་ནི་གོས་ཀྱི་དེ་མ་རྒྱས་དག་པར་བྱེད་ཀྱས་པས་སེམས་ཀྱི་དེ་མའང་དེས་  
དག་ཀྱས་པར་ཐལ་ལོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱ་རེའི་ཚུལ་དུ་ཁྱེ་བ་ལགས། མདོར་དེལ་ན། མདོ་རྒྱད་  
དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པ་ནས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་  
བར་མཛད་གྱི། གཞན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་དེ་ལྟ་མིན་པ་ནི། སེམས་འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་  
གྱི། གཞན་མིན་པའི་གནད་ལ་ཐུག་གམ་སྟམ་སྟེ། སྤྱི་ཉིད་ནས་དབྱེད་འཆལ་ལོ། དེ་མ་ཆོས་  
དབྱེད་སྤྱི་ཐད་ཅས་པ་ནི་དེ་ཉིད་རིགས་པས་དབྱེད་པ་ན། གནས་མི་ཚུགས་པར་སྟོང་ཡལ་དུ་  
སོང་བ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ཤིག་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཅམ་ལ་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་སམ་སྟམ་ལོ།

དེ་བ་དགུ་པ། བྱང་འཕགས་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆོ། དེ་  
དག་གི་སྤྱལ་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་མཚུངས་མཛད་དགོས་མིན། རྒྱུ་མཐའི་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་ལ་འཇུག་ཆེ་སྤར་གྱི་སྤྱལ་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་དགོས་པར་འདོད་  
དགོས་མིན་གང་ལགས།

དགུ་པའི་ལན་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་སྤྱལ་པ་  
བྱེད་ཀྱས་ན། ཆོས་ཉིད་ལས་མ་གཡོས་བཞིན་དུ་གཞན་དོན་བྱེད་ཀྱས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་  
ཆོས་སྤྱི་གསུངས་པ་དང་འགལ་བས། དག་ས་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ན་སྤྱལ་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་རང་གིས་ལྟོག་པ་ལས་འོས་  
མེད་དོ།



དྲི་བ་བརྩུ་བ། ཆོས་གཅིག་གི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལགས། ཚུལ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་ཐུན་མོང་བ་དང་། མི་རྟག་པ་སྤྲོ་མོ། རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་སོགས་ལའང་འདྲ་  
 མིན་དང་། སྤྲེལ་ཞི་ཆེ་རྒྱུད་དང་སྟན་མིན་གྱིས་བྱུང་བར་ཡོད་པས་ལྟའི་ན་བའི་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་  
 སྤྲེལ་ཐམས་ཅད་མི་རྟོགས་ལ། སྤྲེལ་ལྟོས་པའི་ཀུན་མཁུན་དུའང་མི་ཐལ་ལོ་སྟུང་ན། ཆོས་ཉིད་  
 ལའང་ཆོས་སྤྱི་ཡིན་མིན་དང་། འགོག་བདེན་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་ཡོད་པས་དེ་དང་  
 མཚུངས་པར་མི་འགྱུར་ཚུལ་གང་ལགས།

བརྩུ་བའི་ལན་ནི། རོ་དུ་མ་འདྲེས་པའི་ཟས་ནས་ཉིལ་ཙམ་ཞིག་ཐོས་ནའང་ཀུན་ཐོས་  
 པར་བཞག་དགོས་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཉིད་ཐམས་ཅད་དབྱེར་མེད་གཅིག་པས། གཅིག་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་ནའང་ཀུན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་དགོས་ལ། བདག་མེད་རགས་པ་དང་སྤྲེལ་རྟག་  
 སྟོང་སོགས་ནི་རོ་མི་གཅིག་པས། དེ་ལྟར་རྟོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་དོ། དྲི་བ་ལྷག་མ་  
 བྱེད་ཅམ་གནད་དུ་མི་སྤྲང་བས་གཞག་གོ།

དྲི་བ་བརྩུ་གཅིག་པ། བདེན་བྱུང་བཞག་པའི་མེད་དགག་ལ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་གཉིས་  
 སྤྲང་རུབ་པ་ཡོད་ན། སེམས་ཙམ་པ་དང་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་དང་།  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཐུན་མོང་བ་དང་། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་སོགས་ལའང་དེ་ལྟར་  
 ཀྱི་སྤྲང་བ་རུབ་པའི་སྒོ་ཡོད་མེད་གང་ལགས།

བརྩུ་གཅིག་པའི་ལན་ནི། ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་སྟར་ན། རང་བཞིན་མེད་པ་དོན་དམ་  
 ཡིན་པས། དེར་གཉིས་སྤྲང་རུབ་པ་ཡོད་ལ། བྱུང་མཐའ་འོག་མས་བཞག་པའི་ཆོས་ཉིད་སོགས་  
 ལ་དེ་མེད་དེ། དེ་དག་སྒོས་བྱས་ཙམ་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ། ། གཉིས་སྤྲང་ཞེས་པ་གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྲང་བ་ལ་ཟེར་བས། དེ་རུབ་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་རོ་གཅིག་དུ་སོང་བ་

ཞིག་དགོས་སོ།།

དེ་བ་བཅུ་གཉིས་པ། ཅ་འབྲུག་གི་རྣམ་བཤད་གཉིས་ཀར། གློ་འདོགས་ཀྱི་མེད་མཐའ་  
ཞིག་གསུངས་ན་དེ་མེད་མཐའ་འགྲོ་ཚུལ་དང་། ལུམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདྲིན་པའི་གློ་ཀྱན་བཏགས་ཡོད་མེད་དང་། ཡང་དག་པར་མེད་པ་དེ་ཐ་  
སྟོན་དུ་ཡོད་པར་གསུངས་ན། ཐ་སྟོན་བྱད་པར་གསུམ་ལྡན་དེ་དེ་ལྟར་འདྲོག་། དེའི་དང་པོ་ཐ་  
སྟོན་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ཅམ་ལ་འདྲོག་ན། གཉིས་པ་དེ་དགོས་སམ། དགེ་ཉིད་གྱིས་བདེན་  
གཉིས་སོ་སོའི་མཆོད་ཉིད་འདྲོག་ཚུལ་དང་ཡང་འགྲིགས་སམ་གང་ལགས།

བཅུ་གཉིས་པའི་ལན་ནི། སྲིད་པ་ཟད་ཅམ་གྱི་ཞི་བ་ལ་ཞི་མཐའ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་  
དུ་བདེན་གྲུབ་ཟད་ཅམ་གྱི་མེད་དགག་ལ་མེད་མཐའ་ཞེས་བརྗོད་དེ། མཐའ་ནི་ཟད་དང་འབྲུག་  
ཆ་དང་། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། དེ་ལྟ་བུའི་མེད་མཐའ་ལ་བདེན་པའི་གློ་འདོགས་པས་ན། གློ་  
འདོགས་ཀྱི་མེད་མཐའ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། མེད་མཐའ་ལ་གློ་འདོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་  
གོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མེད་མཐའ་ལ་ལྟར་བའི་གནས་ཡིན་པར་མ་དེས་པས། དེ་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཆ་  
གཉིས་དབྱེད། བདེན་མེད་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདྲིན་པའི་གློ་ལྡན་སྐྱེས་ཡོད་མེད་དང་། ཐ་སྟོན་བྱད་  
པར་གསུམ་ལྡན་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི་གཞན་དུ་གྲགས་ཆེ་བས་མ་བྲིས་སོ།།

དེ་བ་བཅུ་གསུམ་པ། ཅ་ཤེས་རྣམ་བཤད་དུ། རང་བཞིན་མེད་པ་ཡོད་པ་དང་། གཞན་  
སྐྱེ་མེད་པ་ཐ་སྟོན་པའི་ཆད་མས་མི་འབྲུབ་པར་གསུངས་པ་དང་། ལེགས་བཤད་སྤྱང་པོར་དོན་  
དམ་བདེན་པ་ཡོད་པ་ཐ་སྟོན་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་མི་སྤྱོད་ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་  
ཀྱི་དོན་གང་ལགས།

བཅུ་གསུམ་པའི་ལན་ནི། གློ་གང་གིས་དོན་གང་ཞིག་ཡོད་པར་གྲུབ་པ་ལ་དེ་ཉིད་ཆད་  
མས་དམིགས་དགོས་པས་བདེན་མེད་ཡོད་པ་ཐ་སྟོན་པའི་གློས་ག་ལ་འབྲུབ་སྟེ། དེས་བདེན་

མེད་མ་ཉོགས་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་བས་ན་བདེན་མེད་ཡོད་པ་ནི་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་འབྲུབ་པ་ཡིན་  
ལ། འོན་ཏེ་ཉོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། འོ་ན་ཐ་སྙད་པའི་སྒྲོས་མི་  
འབྲུབ་པ་དང་འགལ་སྟམ་ན། འདྲིར་འབྲུབ་པ་དང་བྲུབ་པ་གཉིས་གོ་དོན་མི་གཅིག་པས་བདེན་  
མེད་ཡོད་པ་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མས་བྲུབ་ཀྱང་འབྲུབ་པ་ནི་མིན་ཏེ། དེས་བདེན་མེད་མ་དམིགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ།།

དེ་བ་བཅུ་བཞི་པ། བ་བྱ་དང་ས་སྐྱག་སོགས་ཐ་དད་དུ་ཉོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་རང་  
འགའ་བའི་སྒྲོ་ལ་དེ་དག་རང་ངོས་ནས་བྲུབ་པའི་ཐ་དད་དུ་སྒྲིང་ཞིང་སྒྲིང་བ་ལྟར་དུ་བྲུབ་པར་  
འཛིན་པའི་སྒྲོ་ཡང་རང་བྱུགས་ཀྱིས་ཡོད་མིན། ཡོད་ན་གཞན་སྐྱེ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་མེད་  
ཚུལ་རི་ལྟར་ལགས། གཞན་སྐྱེས་འཛིན་ན་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་འབྲེལ་མེད་དུ་འཛིན་དགོས་མིན།  
དགོས་ན་དབུ་མ་རང་རྒྱད་པ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་འཛིན་མིན་གང་ལགས།

བཅུ་བཞི་པའི་ལན་ནི། གང་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ན་དུས་མི་མཉམ་དགོས་ལ། འདི་གཉིས་  
གཞན་ནོ་སྟམ་པའི་སྒྲོ་རང་གིས་འཇུག་པ་ལ་ནི་དུས་མཉམ་པ་དགོས་པས་གང་ཡང་རྒྱ་  
འབྲས་ཡིན་ཕྱིན། དེ་གཉིས་དོན་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་རང་འགའ་བ་མེད་དགོས་  
སོ།། དེའི་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་ལས་རྒྱ་དོན་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་རང་འགའ་བ་མེད་ན་  
དོན་གཞན་དེ་ལས་སྐྱེ་བར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་རང་འགའ་བ་དེ་བས་ཀྱང་ལྟ་ཞིག་ག་ལ་  
ཡོད་དེ་མེད་པས། དོན་དམ་གྱི་ཁྱད་པར་སྐྱར་མ་སྐྱར་རི་ལྟར་ཡང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་འཛིན་  
པའི་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་རང་འགའ་བ་གཏན་མེད་དེ། འཇུག་པར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འཛིག་རྟེན་ལས་  
ཀྱང་མེད།། ཅེས་སོ།། ས་སྐྱག་དང་པ་བྱ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ནམས་དོན་གཞན་དུ་འཛིག་རྟེན་  
རང་འགའ་བས་ཉོགས་མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅི་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་གྱི། རང་གི་  
རང་གིས་ཉོགས་པ་མིན་པས་འཛིག་རྟེན་རང་འགའ་བས་ཉོགས་ཆད་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱིས་ཉོགས་

པར་མི་བརྩུང་ངོ་། ། གཞན་ཡང་བྱ་བ་ཅན་ནས་པ་འགགས་དགོས་ལ། གང་འགགས་པ་དེ་  
ཉིད་སྒྲར་འབྱུང་བའང་མིན་པས། དོན་གྱིས་ན་པ་བྱ་ལྟན་ཅིག་འཇུག་པ་སོགས་གཏན་མི་སྲིད་  
ལ། དེ་ལྟར་ནའང་སོ་སོའི་རིགས་འདྲ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་འཇུག་པ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་འཛིག་ཏེན་  
ན་པ་བྱར་ཡང་གྲགས་ལ། དེ་གཉིས་དོན་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་སྒོ་ལྟན་སྦྱེས་རང་འགའ་བའང་  
ཡོད་པས། དེ་ཅན་ལ་དགོངས་ཏེ་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ལ་དོན་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་འདྲ་  
མེད་ཅེས་དམིགས་གྱིས་བཀར་བ་ཡིན་གྱི། དོན་དུ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ཆད་ལ་དེ་འདྲའི་སྒོ་འཇུག་  
པ་མེད་དེ། རྒྱ་མཚན་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། མ་སྦྱེས་དབྱ་སོགས་གྱིས་པ་བསད་པར་གསུངས་པ་  
ཡང་གྲགས་པ་དང་སྒོ་བསྟན་པ་ཅན་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། བསད་བྱ་དེ་ཉིད་པའི་རྒྱན་ཅན་ལས་  
དངོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ནི་ཆེས་སྤར་ནས་འགགས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་། ། རིགས་པ་འདི་ནི་  
གཞན་ལའང་སྦྱོར་གཤམ་པ་དགོས་སོ། ། རོ་བོས་བྱུང་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྦྱེ་ན་འབྲེལ་མེད་ལས་  
སྦྱེ་དགོས་ཀྱང་། སྒོས་འཛིན་པ་ལ་མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་བྱུམ་པར་བྱུང་ན་མི་རྟག་པར་བྱུང་  
དགོས་ཀྱང་། བྱུམ་པར་འཛིན་ན་མི་རྟག་པར་འཛིན་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་བ་བཙུག་ལ། ཅུའེས་རྣམ་བཤད་དུ། དེ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་  
ཕྱིར་ཁོ་ལ་མི་ཆད་མར་གང་ལ་སོང་བའི་སོང་ཚུལ་བལྟས་པ་ན་ཆད་མར་སོང་ས་ཐམས་ཅད་  
རང་གི་རོ་བོས་ཡོད་མེད་གང་གིས་ཀྱང་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་དོན་ཅན་ལ་ཆད་མར་འགྲོ་བ་  
མེད་དོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་བྱུང་མཐའི་འདོད་ཚུལ་གང་གི་དབང་  
དུ་བྱས་པ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་དེ་འདྲའི་ཁོ་ལ་བའི་རྒྱད་ལ་སྒོ་ཕྱང་གསུམ་པའི་ཆད་མ་གཏན་  
ནས་མེད་པར་ཐལ་བར་རྟོགས་ལ།

གཉིས་པ་ལྟར་ན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། དེ་ལྟར་ན་ཕྱི་ཁོ་ལ་ལ་ཆད་མ་ངེ་འདྲ་ཞིག་  
གིས་ཆོས་ཅན་བྱུང་པའི་ཆད་མ་དེ་ནི་སྤྱི་ཁོ་ལ་ལ་མི་རུང་སྟེ། ཆོས་གང་ལའང་རང་གི་མཚན་

ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཐ་སྙད་དུ་འང་མེད་པར་དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྐྱམ་  
 དུ་སྒྲོབ་དཔོན་འདིས་དགོངས་ནས་རང་རྒྱུད་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་།  
 གཞན་ཡང་དབལ་ལྷན་ཆུ་བས་རང་རྒྱུད་པའི་ཁས་ལེན་ལ་བལྟོས་ཏེ་མི་ལམ་གྱི་གཟུགས་དེ་  
 ལྷ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་དཔེ་མི་རིགས་ཚུལ་གསུངས་པ་སོགས་དང་ཕྱོགས་མཐུན་དུ་གོ་  
 འདུག་ན། ཆོས་ཅན་མཐུན་སྣང་བ་འགོག་ཚུལ་ཡང་དེ་ཅུ་ཡིན་པར་སྐྱ་ན་འགྲིགས་མིན་གང་  
 ལགས། དེ་བཞིན་དུ་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོར་སྐྱ་གྲུ་དང་དེ་ཉིད་འབྱུང་སོགས་སུ་ཐ་སྙད་པའི་  
 ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཆད་མས་བྱུང་བ་ཡང་ཆོལ་བྱི་ཆོལ་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། དེ་དང་  
 རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་པ་འདྲིན་པའི་ཆད་མ་གཉིས་བྱི་ཆོལ་གི་ངོར་འདྲེས་ནས་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་དོན་ཡང་འདོད་ཚུལ་ལམ་གནས་ཚུལ་གང་ལགས།

བཙེ་ལྷ་པའི་ལན་ནི། གང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོལ་སེམས་  
 ཅུ་པ་ལྷ་བྱས་ཡིད་རི་ལྟར་གཏད་ཀྱང་ངོ་བོས་བྱུང་བས་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་དོན་ལ་ཆད་  
 མར་སོང་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་འདུག་སྐྱམ་དུ་ངེས་མི་རུས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་འདྲའི་དོན་ལ་ཆད་མར་  
 སོང་པའི་སྒོ་ཁོ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་མེད་པ་མིན་ཏེ། ངོ་བོས་ཡོད་མེད་གང་གིས་ཀྱང་བྱུང་པར་དུ་  
 མ་བྱས་པར་བྱུང་གསུམ་དུ་འདྲིན་པའི་སྒོ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཁོ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། ། འདི་ནི་དཔེར་མཆོན་ན། རྒྱུད་འཕེན་པའི་རྒྱུད་ལ་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། དེས་  
 དེ་ཉིད་མྱོང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མི་རུས་པ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་དངོས་སྐྱ་བའི་གང་ཟག་ལ་ངོ་བོས་  
 ཡོད་པས་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་དོན་ཅུ་ལ་ཆད་མར་སོང་ཚུལ་འདི་ཞེས་བསྐྱབ་དུ་མེད་པ་  
 ཡིན་གྱི་དེའི་རྒྱུད་ལ་དེ་འདྲའི་ཆད་མ་མེད་པ་མིན་ཏེ། དམིགས་བྱེད་པ་དགོས་སོ། །

ཆོས་ཅན་མཐུན་སྣང་བ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། གོ་རྒྱ་གཙོ་བོར་བྱས་ན།  
 དཔེར་ན་སྐགས་རྗེས་ཀྱིས་བསྐྱད་མ་བསྐྱད་ཀྱི་བར་ན་མཐུན་སྣང་དུ་བྱུང་བའི་སྐྱ་མའི་ཏྲ་

སྒྲུང་སོགས་བཞག་ཏུ་མེད་པ་ལྟར། མ་རིག་པའི་སྒྲགས་རྩལ་གྱིས་བསྐྱད་མ་བསྐྱད་ཀྱི་བར་  
ནང་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་བརྩན་ཆོས་མཐུན་སྒྲུང་བ་བཞག་ཏུ་མེད་པས་དེ་ལ་དགོངས་ནས་མ་རིག་  
པས་བསྐྱད་པའི་སོ་སྐྱེ་དངོས་སྐྱེ་བ་དང་། དེས་མ་བསྐྱད་པའི་འཕགས་པ་དབྱེ་མ་པའི་བར་ན་  
ཆོས་ཅན་མཐུན་སྒྲུང་བ་མེད་པར་གསུངས་སམ་སྐྱེ་སྟེ་འཐད་མི་འཐད་དབྱེད་འཆལ་ལོ།།

དེ་བ་བཅུ་བྱག་པ། ཅུ་ཤེས་ནམ་བཤད་དུ། མེ་ཡང་དུ་བ་ལ་བརྟེན་ཚུལ་གསུངས་པ་  
དེ་ལྟར་བུམ་སྐྱེ་ཡང་པན་ཚུན་གཞན་ཡིན་པ་སོགས་ལ་རིགས་འགྲེས་ན་མི་མཚུངས་ཚུལ་རི་  
ལྟར་ལགས། ལེགས་སྒྲིང་དུ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཉིད་གྱིས་གདགས་གཞི་མ་ཡིན་པར་  
འདོད་དགོས་ཏེ། འབྱུང་བ་རྒྱུར་བུས་ནས་སྟོན་པོ་དང་མིག་ལ་སོགས་པ་བཏགས་པ་བཞིན་  
ནོ།། ཞེས་གསུངས་པའི་དཔེ་དོན་སྒྲུང་ཚུལ་བཅས་གང་ལགས།

བཅུ་བྱག་པའི་ལན་ནི། ལུ་བ་མི་སེལ་ན་སྟོན་མེ་ཡིན་པ་དང་འགལ་བ་ལྟར། དུ་བ་  
མི་བསྐྱེད་ན་མེ་ཡིན་པ་དང་འགལ་བས། གང་ཡང་མེ་ཡིན་མིན་ནི་དུ་བ་བསྐྱེད་མིན་ལ་ལྟོས་  
ནས་འཛོག་དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བ་མེ་ལ་ལྟོས་པར་མ་ཟད། རྫོག་ནས་ཀྱང་ལྟོས་པ་འདི་པའི་  
ཕྱགས་ཡིན་ནོ།། གཞན་ནི་གཞན་ལ་ལྟོས་ཏེ་གཞན། ཞེས་འབྱུང་བས། བུམ་སྐྱེ་པན་ཚུན་  
གཞན་ཡིན་པའི་ཆ་ནི་གཅིག་གཅིག་ལ་ལྟོས་ནས་འཛོག་མོད་ཀྱང་། བྱད་གཞི་བུམ་སྐྱེ་གཉིས་  
པོ་ནི་པན་ཚུན་དུ་ག་ལ་ལྟོས་ཏེ། ལྟོས་ཕྱགས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ།། གལ་ཏེ་མེ་ལ་དུ་བ་བསྐྱེད་  
པས་མ་བྱལ་སྟེ། མགར་ཁང་གི་སོལ་བ་དམར་འབར་བ་ལྟ་བུས་མ་རེས་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་ན་མ་  
ཡིན་ཏེ། མེ་ཡིན་ན་བྱད་ཤིང་བསྐྱེད་དགོས་ཤིང་དེ་བསྐྱེད་ན་དེའི་ཚུ་ཁམས་ཉམས་དགོས་  
ལ། དེ་ཉམས་ན་དེའི་རྒྱངས་པ་འབྱུལ་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་དུ་བ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་པས། མགར་ཁང་  
གི་མེ་ལྟ་བུ་ལ་དུ་བ་རགས་པ་སྟེ་སྒྲུང་རེ་བ་མ་དམིགས་ཀྱང་། དུ་བ་སྤྲོ་མོ་ཅམ་མ་དམིགས་པ་  
མིན་ཏེ། ལོགས་ཤིག་ནས་མེའི་གྱིབ་མ་ལ་བལྟས་པས་ཀྱང་ཤེས་སོ།། དེས་ན་དུ་མེད་མགར་



ཁང་གི་མེ་སྐད་པ་ནི་ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ་པའི་གཏམ་ཡིན་ནོ།། གང་ཞིག་གང་ལ་བཏགས་ཀྱང་  
 རུང་སྟེ། བཏགས་པའི་ཆོས་དེ་ཉིད་འདོགས་པའི་གཞི་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དཔེར་  
 ན་ཐག་སྐྱལ་ཐག་པ་ལ་བཏགས་པའི་དོན་གྱིས་དེ་ཉིད་ཐག་པ་མིན་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།། དཔེ་  
 གཞན་ཡང་འབྱུང་བས་རྒྱུར་བྱས་ནས་ཡུལ་སྟོན་པོ་དང་བདག་སྐྱེ་མིག་ཏུ་བཏགས་པ་ཉིད་  
 གྱིས་དེ་གཉིས་འབྱུང་བ་མིན་པར་འདོད་དགོས་པ་བཞིན་དུ་གང་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ་དེ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་བཏགས་པ་ཉིད་གྱིས་གདགས་པའི་གཞི་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་  
 ཡིན་ན་དེ་ལ་བཏགས་པ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ།། འོ་ན་བྱམ་པ་ཞེས་པ་དོན་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་བ་ལ་  
 བཏགས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་བ་མིན་པར་ཐལ་ལོ་སྦྱས་ན། འདི་ལ་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་  
 བལྟས་ན་ལན་གྱིས་སྒྲིག་པར་མི་བྱས་པའི་ཐལ་བ་ཞིག་ཏུ་མངོན་མོད་ཀྱང་། དོན་དུ་ནི་གནད་  
 མ་རྟོགས་པའི་ཅོད་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་བྱམ་པ་ནི་ཐ་སྟོན་ཡིན་ལ་དེ་གང་ལ་བཏགས་པའི་གཞི་ནི་  
 དོན་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་བ་ཡིན་པས། སྔ་མ་ཕྱི་མ་ཡིན་ཚུལ་ནི་སྔ་མའི་གདགས་གཞི་ཕྱི་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཐ་སྟོན་གྱི་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་བྱམ་པའི་སྒྲིག་ཆ་དེ་ཉིད་དོན་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་བའི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་ན་སྔ་མ་ཕྱི་མར་བཏགས་པའི་དོན་མེད་པས། བཏགས་ཆོས་ཀྱི་བྱམ་པའི་སྒྲིག་  
 ཆ་གང་ཡིན་གདགས་གཞིའི་དོན་མིན་དགོས་པ་སྔར་བཞིན་ནོ།། རིགས་པ་འདི་ནི་དཔལ་ལྷན་  
 རྒྱ་བའི་བཞེད་པ་སྟེ་འཇུག་པར། མདོ་ལས་ཕྱང་པོར་བརྟེན་ནས་ཡིན་གསུངས་པ། དེ་ཕྱིར་  
 ཕྱང་པོ་འདུས་ཅམ་བདག་མ་ཡིན། ཞེས་སོ། དེས་ན་དོན་གཙོ་བོར་བྱའི་ཆོག་ཅམ་ལ་འཁྲིལ་  
 བར་མི་བྱའོ། བྱམ་པའི་སྒྲིག་ཆ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་བའི་བདག་ཉིད་དུ་ཞེན་པའི་སྒྲོ་ལྟན་སྒྲིམ་རང་རེའི་རྒྱུད་  
 ལ་ཡོད་དེ། དེ་ནི་རྣམ་རིག་པ་ལྟར་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ནོ།།

དེ་བ་བརྟེན་བདུན་པ། འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་དུ། གསལ་བྱེད་པའི་བཞེད་གང་དོ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་དོན་གང་ལགས། ཡང་དེར་དེ་ནི་རྒྱན་གྱི་ཆ་ཤས་རྩས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ལ་

ཡོད་པས་ན། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཆ་ཅན་དེ་ཆ་ཤས་སེ་སེའི་སྟེང་དུ་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་མིན།  
ཡིན་ན་ལོ་རྒྱའི་ཆ་ཤས་ཆེས་གཅིག་སོགས་པ་ལོངས་སྤྱོད་གཅིག་སོགས་དང་། ལྷུ་ལ་ལྷ་ལུང་  
མགོ་མཇུག་སོགས་པའང་ལྷུ་ལ་སོགས་ཡོད་མེད་གང་ལགས།

བཅུ་བདུན་པའི་ལན་ནི། གསལ་བྱེད་པའི་བཞད་གང་ཅས་པ་ནི། ཁོ་ན་རེ། སངས་  
རྒྱུ་པས་རི་བོང་རྩ་མེད་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། རི་བོང་ཡོད་པ་གང་ཞིག །རྩ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཏ་ཏ་ཆེས་བགད་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། ། ལོ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། རང་གི་སྙེང་དུ་དུས་གྱི་ཆ་དང་རྒྱན་  
གྱི་ཆ་གཉིས་ཡོད་ལ། སྔ་མ་ཉིན་ཞག་སོགས་ལྟ་ཅི་དེའི་ཆར་གཏོགས་པའི་དུས་མཐའ་སྐད་  
ཅིག་མ་རྣམས་ལ་འང་ཡོད་ཅིང་། ཅིག་ཤོས་ཉིན་ཞག་སོགས་གྱི་རྒྱན་ཡིན་པའི་ཆ་ནི་སྐྱབ་བ་བཅུ་  
གཉིས་ཆོགས་ཅམ་ལ་ཡོད་གྱི། གཞན་དུ་ཆོགས་ཆོས་སྐྱབ་བ་རེ་རེ་ལ་འང་མེད་ན། ཉིན་ཞག་དང་  
ཡུད་ཅམ་སོགས་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེ་བཞིན་དུ་གསེར་བུམ་ལྟ་བུར་ཡང་རང་གི་སྙེང་དུ་གསེར་  
དང་བུམ་པའི་ཆ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སྔ་མ་ནི་དེའི་ཆར་གཏོགས་པའི་གསེར་རྩལ་སྔ་མོ་རྣམས་  
གྱི་འང་རྗེས་སུ་ཞུགས་ལ། ཅིག་ཤོས་ནི་མཆུ་ཞབས་སོགས་ཡན་ལག་ཆོགས་ཅམ་ལ་ཡོད་གྱི་  
ཆོགས་ཆོས་རེ་རེ་བ་གང་ལ་འང་མེད་དོ། དེ་ལྟར་རྒྱན་དང་ཆོགས་པ་འཛོག་ཚུལ་འདི་ནི་དགའ་  
བའི་གནས་ཤིག་སྟེ། རྒྱལ་ཆ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས། འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྟེ་བ་དུན་རྗེས་འབྲང་  
པལ་ཆེ་བས་ཀྱང་ཆོགས་རྒྱན་འཛོག་མི་ཤེས་པ་འདུག་ཅེས་གསུངས་པས་སོ། ། དཔེར་ན  
འདུག་རྣམ་དུ་རྒྱན་སྐད་ཅིག་ལ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཡང་དེའི་རྗེས་ཆ་སྐད་ཅིག་ལ་ཡོད་པའི་  
དོན་ཡིན་གྱི། རྒྱན་རང་ཉིད་དེར་ཡོད་པའི་དོན་མིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་སྐད་ཅིག་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་  
རྩལ་སྔ་མ་ལ་རི་རབ་ཡོད་པ་སོགས་སུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། འདི་ལ་བཏྲེན་ནས་སྐུལ་ལྟ་བུ་ཡང་  
དེའི་ལུས་སོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཆ་རེ་རེ་ལ་མིན་པ་སོགས་ཆ་ཆ་ཅན་དང་ཡན་ལག་དང་ཡན་  
ལག་ཅན་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པར་བྱོ། །

དེ་བ་བཙོ་བརྒྱད་པ། ཐག་ཁ་ལ་སྦྱལ་དུ་བཏགས་ཞེས་པ་དང་། སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བདག་བཏགས་པ་ཞེས་བརྟེན་ནས་ཞེས་པའི་ཆོག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྐབས་མང་དུ་གསལ་  
འདུག་ན། ཆོག་དེ་བཞིན་དོན་ལའང་ཁྱད་པར་འབྱེད་དགོས་མིན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟོག་པས་  
བཏགས་ཙམ་གྱིས་བྱུབ་པ་དང་། རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་དུ་བྱུབ་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་གཉིས་  
གསལ་བ་ལྟར། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཙམ་སྦྱས་གཙོད་ཚུལ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་སྤང་འདུག་ན་དེ་  
ལྟར་འབྱེད་རིགས་མིན་དང་། ཡང་ལ་ལས་གདགས་གཞི་ཆད་མ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་སྦྱལ་སོགས་  
རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་གྱིས་བྱུབ་བྱུབ་མིན་ཁྱད་པར་སྦྱ་མཁན་འདུག་པ་འདི་དག་ལ་ཁྱད་པར་  
ཆད་ལྟན་ཡོད་མེད་གང་ལགས།

བཙོ་བརྒྱད་པའི་ལན་ནི། གང་དུ་ཐག་པ་མེད་པར་དེ་ལ་སྦྱལ་དུ་བཏགས་མི་མིན་པས།  
ཐག་པར་སྦྱལ་དུ་བཏགས་པ་ནི་འདོགས་གཞིའི་ཐག་པ་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་གྱི།  
མ་བརྟེན་པར་མིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྤང་པོར་གང་ཐག་དུ་བཏགས་པ་ཡང་འདོགས་གཞིའི་སྤང་  
པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་གྱི། མ་བརྟེན་པར་མིན་པས། ཆོག་ལ་སྤང་པོར་བཏགས་པ་ཞེས་པ་ལས་  
མ་བྱུང་ཡང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་དོན་ཆད་པས། སྤང་པོར་གང་ཐག་དུ་བཏགས་པ་དང་  
སྤང་པོར་བརྟེན་ནས་དེར་བཏགས་པ་གཉིས་ནི་ཆོག་རྒྱས་བསྐྱས་ཀྱི་ཁྱད་ཙམ་དུ་ཟད་གྱི། དོན་  
མི་འདྲ་བ་མེད་ལ། བཏགས་ཙམ་དུ་བྱུབ་པ་དང་བཏགས་ཙམ་གྱིས་བྱུབ་པ་གཉིས་ཀྱང་བྱུབ་  
དང་བྱེད་པའི་ཆོག་ཐ་དད་པ་ཙམ་ཡིན་པར་སེམས་སོ།། འདིར་བརྟེན་པ་ནི་རག་ལས་པའི་དོན་  
ཏེ། དེ་ཡང་ཐག་པར་སྦྱལ་དུ་འཁྱལ་བ་ཐག་པ་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་རག་ལས་པ་བཞིན་དུ་སྤང་  
པོར་གང་ཐག་དུ་བཏགས་པ་ཡང་སྤང་པོ་སྒོ་ངོར་གནས་པ་ལ་རག་ལས་པས་ཡིན་ནོ།། བརྟེན་  
ནས་བཏགས་ཞེས་པ་ནི་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བཏགས་ཞེས་པར་ཡང་བྱུང་བྱུང་སྟེ་རིན་  
ཆེན་ཐེང་བ་ལས། དེ་བཞིན་སྤང་པོ་བདག་འདྲ་བ། དེ་དག་བདག་མེད་མངོན་དུ་མིན། ཞེས་

སོ།། གདགས་གཞི་ཚད་མ་སྒྲིབ་པ་ནི་བཏགས་ཙམ་གྱིས་བྱ་བྱེད་འཛིག་མི་ཤེས་པའི་གཏམ་  
མེན་ནམ། སྐྱེའི་ནས་སྤང་དཔྱོད་ཅིག །

དེ་བ་བཅུ་དགུ་པ། འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་དུ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་མ་ནི་གཞི་དུས་ནས་  
ཡུང་ཁས་སྤང་དགོས་ལ། ཞེས་པའི་གཞི་དུས་དེ་གང་དང་། ཡུང་སྤྱོད་གང་བསྐྱས་ལགས། འོ་  
ན་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་ཆོར་བས་བདེ་སྤྱད་སོགས་མངོན་གྱིར་དུ་གཙོད་ན་རང་རིག་ཏུ་མི་འགྱུར་རམ།  
ཞེས་པར་རང་རིག་ཏུ་འཁྲུལ་གཞི་ཆེ་བའི་གནས་དེ་གང་ལགས།

བཅུ་དགུ་པའི་ལན་ནི། འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་ཆེན་མོར་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་མ་ནི་གཞི་  
དུས་ནས་ཡུང་ཁས་སྤང་དགོས་ལ། ཞེས་པའི་ཕྱི་མ་ནི་ཁ་ནང་བལྟས་ཀྱི་ཤེས་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་  
པའི་ཕྱི་མ་དང་། གཞི་དུས་ནི། ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་བྱུང་འོས་པ་སྟེ། གང་  
གི་ཕྱིར་ན། ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་མཐར་མ་སོན་པའི་བར་སྐབས་ལ་ལམ་དུས་དང་། མཐར་ཕྱིན་  
པའི་གནས་སྐབས་འབྲས་དུས་སུ་བཤད་པའི་སྒྲིབ་བྲས་ན་ཤེས་སོ།། ཡུང་གི་སྤྱོད་ནི་ཤེས་པ་  
དེ་ཉིད་ལམ་འབྲས་ཀྱི་དུས་སུ་ཁས་སྤངས་དགོས་པར་མ་ཟད། ཅེས་པའོ།། ཁ་ཕྱིར་བལྟས་ཀྱི་  
ཚུལ་དུ་ཡུལ་གཙོད་པ་དང་། ནང་བལྟས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡུལ་གཙོད་པ་གཉིས་ལས། ཕྱི་མར་རང་  
རིག་ཏུ་འཁྲུལ་གཞི་ཆེ་བ་ནི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡང་ཤེས་པས་མ་སྟོས་སོ།།

དེ་བཅུ་ལྔ་པ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། དེ་ལྟར་བྱུང་སྟེ་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་རྟོག་  
པ་ནི་སྤང་ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་ཡང་ངེས་པའི་འཛིན་སྤངས་ལ་ཆད་མའི་གནོད་པ་མེད་པས་ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པའམ་མ་འཁྲུལ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དབང་སྟེང་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་སྤང་ཡུལ་འཁྲུལ་ཞིང་མ་འཁྲུལ་  
པའི་ཆ་གཞན་ཡང་མེད་པས་མ་འཁྲུལ་བ་ཞེས་མི་བྱའོ།། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་གང་ལགས།

དེ་བཅུ་ལྔ་པའི་ལན་ནི། ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོར། བྱུང་སྟེ་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་  
རྟོག་པ་ནི་སྤང་ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་ཡང་ངེས་པའི་འཛིན་སྤངས་ལ་ཆད་མའི་གནོད་པ་མེད་པས་ཕྱིན་

ཅི་མ་ལོག་པའམ་མ་འཁྱུལ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་སྤང་ཡུལ་ལ་འཁྱུལ་  
 ཞིང་། མ་འཁྱུལ་བའི་ཆ་གཞན་ཡང་མེད་པས། མ་འཁྱུལ་བ་ཞེས་མི་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 འདི་ནི་བརྗེད་བཞིག་ཏུ་འདུག་པས། ཅུང་ཟད་དབྱད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྐབས་འདིར་བྱིན་ཅི་  
 ལོག་མ་ལོག་ཅེས་པ་སྤང་ཡུལ་ལ་འཁྱུལ་མ་འཁྱུལ་གྱི་དོན་ཡིན་ནམ། འཇུག་ཡུལ་ལ་འཁྱུལ་མ་  
 འཁྱུལ་གྱི་དོན་གང་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་སྤང་པོ་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ཡང་  
 བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཐལ་ཞིང་། གཉིས་པ་ལྟར་ན་དབང་ཤེས་རྣམས་ཀྱང་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཐལ་  
 ལ། གཞན་ཡང་དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་དབང་ཡུལ་སོ་སོ་ལ་ཆད་མ་ཡིན་པས། དེས་  
 པའི་འཛིན་སྤངས་ལ་ཆད་མའི་གཞོད་པ་མེད་དགོས་ཤིང་། དེ་མེད་ན་སྐབས་འདིར་བྱིན་ཅི་མ་  
 ལོག་པའམ་མ་འཁྱུལ་བ་ཡིན་དགོས་པས་ཅིའི་བྱིར་མ་འཁྱུལ་བ་ཞེས་མི་བྱ། མ་འཁྱུལ་བའི་ཆ་  
 གཞན་མེད་ཅེས་པའང་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དེ་སྤང་ཡུལ་འཁྱུལ་ཡང་དེས་པའི་འཛིན་སྤངས་ལ་ཆད་  
 མའི་གཞོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་སྐྱམ་ན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་བྱིན་ཅི་ལོག་མ་ལོག་ནི་  
 དེས་པའི་འཛིན་སྤངས་ལ་ཆད་མའི་གཞོད་པ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྤང་ཡུལ་  
 དང་འཇུག་ཡུལ་ལ་འཁྱུལ་མ་འཁྱུལ་གྱི་དོན་གང་ཡང་མིན་ལ། དེའི་བྱིར་མཛོན་སུམ་ནི་གང་  
 གིས་ཀྱང་དེས་པ་མེད་དོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། དབང་ཤེས་རྣམས་ལ་དེས་པའི་འཛིན་སྤངས་  
 མི་སྤྱིད་པས། སྐབས་འདིའི་བྱིན་ཅི་ལོག་མ་ལོག་གང་ཡང་མིན་ནོ། འོ་ན་རྣམ་མཁྱེན་ཀྱང་།  
 སྐབས་འདིའི་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་མིན་པར་ཐལ་ལོ་སྐྱམ་ན། འདོད་པ་ལས་འོས་མེད་དོ།

དེ་བཙེར་གཅིག་པ། གཞུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་དང་དེའི་གཞུང་རྣམ་དོན་གཅིག་  
 ཡིན་མིན། ཤེས་བྱ་ཉེར་ལྗེའི་ནང་ཆོན་ལྗོངས་ཆེན་པོའི་གདགས་གཞི་ལ་གཞུང་རྣམ་ཞེས་པ་  
 དེ་བཞག་དགོས་པར་གསལ་ན་དེ་དེར་འགྲོ་ཚུལ་དང་། བྱེ་བྲག་སྐྱབས་གཞུང་རྣམ་མི་འདོད་  
 ཚུལ་གང་ལགས། ཡང་གཞུང་རྣམ་ལྟར་ཤར་ཞེས་ཀྱང་གསལ་ན། དེའི་ཆེ་ཤར་ས་དང་ཤར་རྒྱ་

སོ་སོར་ཡོད་མེད། དེ་མི་སྤྱུག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སོགས་ལ་འབྲེམ་ན་གང་ལགས། ཉེར་གཅིག་  
པའི་ལན་ནི། རང་རིག་འདོད་པའི་ལྷགས་ལྟར་ན། གཞུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་ལ་གཞུགས་  
རིག་པའི་ཆ་དང་། རང་རིག་པའི་ཆ་གཉིས་ཡོད་ལ། སྤྲ་མ་དང་གཞུང་ལྷན་གཅིག་ཅིང་། ཕྱི་མ་  
དང་འཛིན་ལྷན་གཅིག་པར་གྲགས་ཤིང་བྱུང་བ་ལྟར་རོ། གཞུང་པའི་ལྷན་པ་ཞེས་བ་ནི་གཞུང་  
པའི་འབྲེམ་ལྷན་སྟེ། དཔེར་ན་ཤེས་ཀྱི་ནང་ན་གནས་པའི་གཞུགས་མཐོང་བ་ནི་དེའི་འབྲེམ་ལྷན་ཙམ་  
མཐོང་བ་ཡིན་གྱི། གཞུགས་རྗེན་ཅར་མཐོང་བ་མིན་པ་ལྟར། སྒོ་ས་ཡུལ་འཛིན་པ་ཡང་ཡུལ་གྱི་  
ལྷན་པ་ཤར་པའི་སྒོ་ནས་འཛིན་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་སྤྱུག་སྤང་བུ་འཛིན་པ་མིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ན་ཐག་  
རིང་གི་ཡུལ་ལྷན་ས་མི་འཛིན་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་བས་ན་གཞུང་པའི་ལྷན་པ་ཤར་པའི་  
སྒོ་ལ་གཞུང་ལྷན་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཆོག་བསྟུས་ནས་མིང་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། གཞུང་ལྷན་  
དངོས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ན་ཡུལ་གྱི་ལྷན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། རྗེ་སྤྱོད་ལྷན་ལྷན་  
མི་འདོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གཞུང་ལྷན་འདོད་ན་སྒོ་དང་ཡུལ་གྱི་བར་ན་གཞུང་ལྷན་གྱིས་ཆོད་  
དགོས་པས་སྒོ་ཡུལ་ལ་རྗེ་ལྟར་འཇུག་སྟེ། གཞུང་ལྷན་གྱིས་གོ་འགོ་བས་པའི་ཕྱིར་སྤྲུམ་ནས་  
ཡིན་ནོ། གངས་ཅན་གྱིས་རྗེ་ལྟར་འདོད་པའི་སྒོ་ལྷན་ཆེན་པོ་ནི། མེ་ལོང་ངོས་གཉིས་པ་ལྟར་  
ཕྱི་ཡུལ་དང་ནང་སྤྱོད་ལྷན་པ་གཉིས་ཀ་འཆར་བཅོད་པ་ཞིག་ལ་འདོད་མོད་ཀྱང་། ལྷན་  
སྤྱོད་ལྷན་པ་དབང་པའི་ལྷན་པ་འཆར་བ་མེད་པས་སྒོ་ལྷན་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་གཞུང་ལྷན་  
ལ་སྒོ་བཏགས་པར་ཟད་དོ། དེའི་ཕྱིར་དེའི་གདགས་གཞི་ནི་གཞུང་ལྷན་ཉིད་ཡིན་ནོ། གཞུང་  
ལྷན་ལྟར་ཤར་བ་སོགས་ནི་སྤྱུགས་ཀྱི་ཕྱོད་མོང་མིན་པའི་བདེ་སྐྱོད་ཡིན་པས། དེ་ཞིག་ཉ་ཉུང་མ་  
བསྐྱེད་ན་ལེགས་སོ།

རྗེ་བ་ཉེར་གཉིས་པ། རང་གཅེས་འཛིན་དེའི་དམིགས་ལྷན་དང་། དེ་སྤྱི་བ་པ་ཡིན་མིན།  
བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སྒོ་འོག་སྤྱོད་པས་རང་གཅེས་པའི་སྒོ་དང་། ཕྱིར་རང་



གཅེས་པའི་སྒོ་ཙམ་ལ་བྱད་པར་བྱེ་རུང་མིན་གང་ལགས།

ཉེར་གཉིས་པའི་ལན་ནི། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དང་། བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པ་  
དང་། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་། བདག་ལ་བྱམས་པ་སོགས་ནི་དོན་གཅིག་མིང་གི་ནམ་གངས་  
ཙམ་ཡིན་པས། ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱི་བ་པ་ལས་མི་འདའོ།། འོ་ན་ཉོན་རང་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་  
ལ་རང་གཅེས་འཛིན་མེད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། ལེགས་པར་འདོད་དེ། ཙན་དན་སྙུ་མཚུངས་  
པ་ལ། ཆགས་བྱལ་ཞེས་ནི་བཟོད་པ་ཡིན། ཞེས་འབྱུང་བས་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེས་ན་རང་  
གཅེས་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་རང་ངོ་བོས་བྱུ་བ་པར་བཟུང་བའི་སྒོ་ནས་དེར་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་ལ་ཟེར་  
བ་ཡིན་པས། བདག་འཛིན་དང་བདག་གཅེས་འཛིན་གཉིས་ནི་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་ནོ།

དེ་བཙེར་གསུམ་པ། མི་རང་ངོས་ནས་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེས་མི་དེ་དེའི་  
གདགས་གཞིའི་སྟེང་དུ་འཕམ་ངོས་ནས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ཡིན་མིན། ཡིན་ན་དེས་མི་དེ་དེའི་  
གདོང་པ་ལའང་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ཡོད་མེད། ཡོད་ན་དེ་འབྲེའི་འཛིན་པ་ཀུན་བཏགས་ཀྱང་རང་  
སྟེ་འོག་མ་དག་ལའང་ཡོད་མེད། སྤྱིར་ཐག་ཁའི་ངོས་ནས་སྤྱལ་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་མ་  
བསྐྱེད་ལུང་མ་བསྐྱེད་དུ་འདོད་དགོས་མིན། དགོས་ན་སྤྱལ་གྱི་གདགས་གཞིའི་ངོས་ནས་སྤྱལ་  
ཡོད་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེའང་དེ་དང་འབྲེའི་མིན་གང་ལགས།

ཉེར་གསུམ་པའི་ལན་ནི། ཐག་པར་སྤྱལ་འཛིན་གྱི་སྒོས་ཐག་པ་ཉིད་སྤྱལ་དུ་འཛིན་པ་  
ལྟར། སྤང་པོར་བདག་འཛིན་གྱི་སྒོས་སྤང་པོ་ཉིད་བདག་དུ་འཛིན་པས། བདག་སྤང་པོའི་ངོས་  
ནས་བྱུ་བ་པར་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་བཏགས་ཆོས་རང་ངོས་ནས་བྱུ་བ་པར་འཛིན་པ་དང་  
དེ་ཉིད་གདགས་གཞིའི་ངོས་ནས་བྱུ་བ་པར་འཛིན་པ་གཉིས་གནད་གཅིག་གོ།

དེ་བཙེར་བཞི་པ། སྤྱིར་ར་འཛིན་པའི་སྒོ་དང་། རར་འཛིན་པའི་སྒོ་གཉིས་རིམ་ཙན་ནམ་  
ཅིག་ཙར་དུ་སྤྱེ་བ་གང་ལགས། ཕྱི་སྒོ་ལ་གྱིས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་བྱེ་མ་བྱུ་ན། དེས་དེ་གཉིས་

ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་དགག་ན་དགག་མཉམ་དང་། གཞག་ན་གཞག་མཉམ་དུ་བྱ་དགོས་པར་དྲོགས་ཏེ།  
དཔེར་ན་འོ་ཚུ་སོ་སོར་བྱེད་མ་ཐུབ་ན། བཏུང་ན་བཏུང་མཉམ་དང་། དཔོན་དཔོན་མཉམ་དུ་བྱ་  
དགོས་པ་ལྟར་རོ་སྤྲུལ་ན་དེ་དག་དང་མི་མཚུངས་ཚུལ་གང་ལགས།

ཉེར་བཞི་པའི་ལན་ནི། ལར་ནས་བྱམ་པ་འཛིན་པ་དང་། བྱམ་པར་འཛིན་པ་གཉིས་  
ཆོག་གིས་བརྗོད་ཚུལ་མི་འདྲ་ཡང་སྒོས་འཛིན་ཚུལ་ཐ་མི་དད་པ་ལྟར། ང་འཛིན་པ་དང་། ངར་  
འཛིན་པའི་སྒོ་གཉིས་ཀྱང་འཛིན་སྒྲངས་ཐ་མི་དད་ཅིང་། སྐྱེ་རིམ་ཡང་ཐ་མི་དད་པ་ཉིད་དོ། སྒོ་  
སྤྲུལ་གཉིས་ཆད་མ་ཡིན་པ་ལྟར་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱང་ཆད་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི། གཞུང་ཆེ་བ་རྣམས་  
སྟུ། ངར་འཛིན་ཞེས་པ་པལ་ཆེར་བདག་འཛིན་གྱི་མིང་དུ་སྦྱར་བར་མཇད་དེ། དེའང་རང་ངོས་  
ནས་བྱུབ་པར་འཛིན་པ་ལ་ངར་འཛིན་ཞེས་ཆོག་སྟེ་བསྟུས་པ་ཅམ་མོ། རི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་རིམ་  
པ་ནི། ཐོག་མར་གདགས་གཞིའི་ཕྱང་པོ་སྒོ་ཡུལ་དུ་འཆར་ཞིང་། དེ་ནས་དེ་ལ་གང་ཟག་ཏུ་  
བཏགས། དེ་རྗེས་བཏགས་པའི་གང་ཟག་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པར་འཛིན་པས་གང་ཟག་  
ཏུ་ལྟ་བའི་དམིགས་པ་ཕྱང་པོར་དང་། དེ་ཉིད་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་དམིགས་པ་ནི་གང་ཟག་སྟེ། རི་  
རིན་པོ་ཆའི་བཞེད་སྒོལ་ཐུན་མོང་མིན་པའོ།

དྲི་བ་ཉེར་ལྔ་པ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ལྷགས་འབྱུང་ལྗོག་གི་རིགས་པ་བརྒྱད་གསུངས་  
པ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་བཞོད་ན་དེ་དག་ལ་དངོས་ཀྱི་དཔེ་དགོས་མིན་དང་། སྦྱར་བའི་འགོད་  
ཚུལ་གཞན་གྱིས་སྟུབ་ན་རྟགས་དང་དཔེ་བཅས་རི་ལྟར་དགོད་དགོས་ལགས།

ཉེར་ལྔ་པའི་ལན་ནི། འགྲོ་ལ་པན་པར་བཞེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡུན་དུ་གོམས་  
པ་ལས་སྟོན་པའི་མིང་ཅན་གྱི་ལམ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་སྦྱར་བར་མཇད་ཅིང་།  
དེས་སྤངས་པ་བྱུང་བར་གསུམ་ལྟན་གྱི་བདེ་གཤེགས་བརྟེན་ནས་ཉིད་གྱིས་རི་ལྟར་གཞིགས་  
པའི་ལམ་རྣམས་གདུལ་བྱ་ལ་རི་ལྟར་བཞེད་དུ་བསྟན་ཏེ་སྤྱིད་ཞིའི་འཛིགས་པ་ལས་སྦྱོབ་པར་

མཛད་པའི་ཕྱིར་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ནི་ཤོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུ་  
ཡིན་ནོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུགས་འབྱུང་གི་སྐོ་ནས་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུ་བསྐྱུ་བ་ཚུལ་དང་། ཡང་  
བདེན་བཞི་རང་དབང་དུ་བསྟན་པའི་སྐོ་ནས་གཞན་འཁོར་བ་ལས་སྐྱོབ་པ་ལ་སྟོན་དུ་རང་གིས་  
རྟོགས་པ་བདེ་གཤེགས་ཐོབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་པ་བདག་མེད་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་མང་གོམས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ལ། དེ་གཞན་དོན་དུ་གོམས་པར་བྱེད་  
པ་ལ་སྟོན་དུ་འགྲོ་ལ་པན་པར་བཞེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཆེན་གངས་མེད་དུ་མར་  
གོམས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་ན། སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ནི་གདུལ་བྱ་ལ་མ་བྱ་ལྟར་བརྩེ་བའི་  
ཆད་མའི་སྐྱེས་བུ་སྐྱ་ན་མེད་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུགས་སྟོན་གི་སྐོ་ནས་ཆད་མའི་སྐྱེས་  
བུ་བསྐྱུ་བ་ཚུལ་ལོ།། འདི་ནི་བྱེད་ལྟ་བུའི་མཁས་པ་ལ་མི་མཁོ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་ཅིག་ལ་  
བསམས་ནས་བྲིས་པ་ཡིན་ལ། དེ་བ་ལྟག་མའི་ལན་ནི་མངས་ཀྱིས་དྲོགས་ཏེ་རེ་ཞིག་རྩོམ་གས་  
པར་མི་གདའ་བས་བཞག་གོ།

ད་ནི་དགེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ལས་འསྐྱོས་པའི་དྲོགས་འཆར་འགའ་ཞིག་ལྟ་རྒྱ།  
དང་པོ། དགེ་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་འབྲེལ་པར། དགག་བྱ་ངོས་  
འཛིན་གྱི་སྟོ་དེ་རྗེས་དཔག་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་ན་དེའི་རྟེན་རྟགས་རི་འབྱར་དགོད་དགོས། དེ་  
ལྟར་ན་ཕྱི་རྒྱུ་དེས་དགག་བྱ་འཛིན་པའི་སྟོ་དང་ཆོས་ཅན་འཛིན་པའི་སྟོ་གཉིས་སོ་སོར་འབྲེད་  
མི་ཐུབ་པ་གང་ལགས། དང་པོའི་ལན་ནི། ད་ནི་ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་འཆལ་གཏམ་ལ་དགོངས་  
འཆར་འགའ་ཟུང་གནང་བའི་དང་པོའི་ལན་ནི། དགག་བྱ་གང་ཡིན་ངོས་མ་ཟིན་པར་བཀག་ན་  
གནད་དུ་མི་འགྲོ་བས། ངོས་ཟིན་པ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཡིད་དཔྱད་ཀྱིས་ངོས་ཟིན་པས་མི་ཆོག་  
ཅིང་། མཛོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་ངས་མི་རུས་པས། དེ་ཉིད་ངོས་ཟིན་པའི་སྟོ་ནི་རྗེས་དཔག་ལས་མི་  
འདའོ། དེ་ཡང་བདེན་ཐུབ་དགག་བྱ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་བསམས་པ་ལས་སྐྱེས་པ་སྟེ། དེའི་རྒྱ་

མཆན་ནི། དཔེར་ན་གང་ཟག་ཙམ་བཀག་ན་དེ་ལ་འཆིང་གྲོལ་མི་རུང་བ་སོགས་ཏེ་ཏ་ཅང་ཐལ་  
ལ། དེའི་ཕྱིར་འགོག་རྒྱ་ནི་བདེན་ཡོད་ལས་མི་འདའ་སྟམ་པ་ལྟ་བུའོ།

སྒྲིང་དག་ཏུ་བྲིལ་ན་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་འཛིན་གྱི་སྒོ་ལ་སྒྲུང་བ་ལྟར་གྲུབ་  
པ་དགག་དགོས་ཏེ། སྒྲུང་ཙམ་དུ་གྲུབ་པ་དང་། སྒྲུང་བ་ལྟར་གྲུབ་པ་གང་རུང་དགག་དགོས་པ་  
གང་ཞིག །སྒྲུང་པ་དགག་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། བདེན་  
གྲུབ་དགག་བྱར་ཤེས་ཀྱང་རིགས་པས་དགག་མི་དགོས་པ་ནི་དཔེར་ན་ཉོན་མོངས་སྒྲུང་བྱར་  
ཤེས་ཀྱང་གཉེན་པོས་སྒྲུངས་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།། ལྟ་བུ་མ་རྟེན་པའི་སྒྲ་རོལ་ཏུ་ཡོད་ཙམ་  
དང་བདེན་ཡོད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་པར་གསུངས་པ་ནི་སྒྲིང་སྟབས་ཀྱིས་མི་བྱེད་པའི་དོན་  
ཡིན་གྱི། ཏྲགས་སྟོབས་ཀྱིས་མི་བྱེད་པ་མིན་ནོ།།

གཉིས་པ། དགེ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་མགུར་འགྲེལ་པར། ང་ལུས་སེམས་གང་ལ་འང་ལྟོས་མེད་  
ཅན།། ཚུགས་སྐྱབ་ཀྱི་ལིང་པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་།། ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་ཚུལ་དེ་ཉིད། རྣམ་འགྲེལ་  
ལས། མཆོག་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་བྱེད་རོ།། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་  
རྩི་ལྟར་ཡོད་མེད་གང་ལགས།

གཉིས་པའི་ལན་ནི། མཆོག་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་བྱེད་རོ།། ཞེས་པའི་དོན་ནི་ལུས་  
སེམས་འདི་ལས་གཞན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཕྱིར་ན་འདི་ཙམ་ལ་བདག་ཏུ་ཞེན་  
པ་མེད་ཅེས་པ་ཡིན་པས། ང་ལུས་སེམས་གང་ལ་ལྟོས་མེད་ཅན།། ཞེས་སོགས་དགོངས་  
པ་འགྲེལ་ཚུལ་དང་ག་ལ་གཅིག །གཅིག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་དབྱ་ཆད་སེང་གེ་མཛིང་  
བསྟོལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས། འགལ་བ་ཅི་ལ་ཡོད་དེ། དགག་བྱ་སྤྲ་རགས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཙམ་མ་  
གཏོགས་འགོག་བྱེད་སྟུན་མོང་བ་མང་བའི་ཕྱིར་རོ།།

གསུམ་པ། ཡང་དེར། དེའང་རྩེ་ལམ་སྤྲས་ནས་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་བཞིན་སྒོ་བྱེད་ས་

པོ་དགག་བྱ་འཆར་ཚུལ་ལས་མ་གཏོས་པར་བྱས་རང་སོར་བཞག་ལ་སྒྲིའི་བྱར་གཅིག་གས་  
 ཆམས་ཤིག་གིས་རང་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་དེ་ལའང་རི་ལྷར་འཆར་གྱིན་འདུག་སྟེ་དེ་ལ་བྱས་  
 རྟོགས་ཤིག་བྱ། ཞེས་གསལ་བ་འདི་དང་སྟོགས་མཚུངས་མཁས་དབང་གཞན་འགའི་གསུང་  
 ནའང་གསལ་བར། འདི་ལྷར་དོགས་ཏེ། སྒྲིའི་བྱར་གཅིག་གས་ཆམས་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་རང་  
 འཛིན་དེའི་ཆམས་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་རང་རིག་ཏུ་འགྱུར་བར་དོགས་པ་དང་། ལོག་ཤེས་ཀྱི་ཆམས་  
 ལ་ཤེས་པ་འཛིན་པའི་ཆད་མ་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་པར་ཡང་དོགས་ལ། དེ་ཉིད་རང་འཛིན་  
 དེའི་ཆམས་མིན་ན་དེའི་ཆེ་རྒྱ་གཉིས་དང་ནམ་ཤེས་རིགས་མཐུན་རྗེས་ཐ་དད་པ་གཉིས་ཅིག་  
 ཅར་དུ་སྐྱེ་བར་ཐལ་བར་དོགས་ན་དེའི་ཚུལ་རི་ལྷར་ལགས།

གསུམ་པའི་ལན་ནི། སྒྲིའི་ཆམས་ཤིག་གིས་དགག་བྱ་འཛིན་ཚུལ་ལ་བལྟས་ཞེས་པའི་  
 ཆམས་ནི་རང་འཛིན་གྱི་ཆམས་མིན་གྱི། སྒྲི་བྱེད་པོ་སྟེ་སྐྱེ་ཅམ་པའི་ཆམས་ཡིན་ལ། དེ་  
 འདྲའི་ཆམས་ཀྱི་སྒྲི་སྐྱེ་ཅམ་པ་དེ་ལ་ཆམས་རང་འཛིན་པ་དང་། རང་འཛིན་ཚུལ་ལ་བལྟས་པའི་  
 སྒྲི་གཉིས་འཇུག་ཀྱང་། རྟོག་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲིན་མེད་དེ། སྒྲི་གཅིག་གི་ཆམས་སུ་  
 གཏོགས་པ་དང་། འཛིན་སྐྱངས་ཤུགས་ཆེ་ཚུང་གི་བྱུང་བར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་བས་ན་ཆད་མ་  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྟོག་གཉིས་ཅིག་ཅར་མཐོང་བ་མེད། ཅེས་པ་ནི་རྟོག་པ་ཤེད་མཚུངས་རྗེས་  
 ཐ་དད་པ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལ་དགོངས་གྱི། རྗེས་ཐ་དད་ཡིན་ཅམ་ལ་བྱེད་ན་ཅུང་  
 མི་བདེའམ་སྟེ་པ་ནི་ཁོ་བོའི་བསམ་ཚུལ་ལོ། ། ལར་ནས་སྒྲིའི་བྱར་གཅིག་གིས་ལྷ་ཚུལ་འདི་ནི་  
 རིམ་པ་སྒྲིའི་གསུང་ན་མང་བར་བཞུགས་པས། རྗེས་འབྲང་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་རྟོག་བཟོའོ་  
 སྟེ་པ་བྱར་མི་བྱུང་ངོ་། །

བཞི་པ། ཡང་དེར། དེ་བས་ན་གང་དག་བདེན་པར་མེད་དེ། གཟུགས་བརྟན་བཞིན།  
 ཞེས་འགོད་པ་དེ་དག་ནི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པ་ཡིན་ཏེ་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་མ་རྟོགས་

ན་དེ་ཉིད་དཔེར་མི་རུང་ལ། རྟོགས་ན་སྤར་སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་བསྐྱབས་པ་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ནི། འདུག་པར། རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་ཡོད་པ་མིན་པས་དངོས་རྣམས་རང་  
བཞིན་བྲལ། ། ཞེས་པའི་ཐད་འདུག་རྣམ་དུ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་བྲལ་བ་རྟགས་དེའི་  
བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སུ་བརྩུང་འདུག་པ་དང་། དགེ་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་རྒྱའི་འགྲེལ་པར་ཡང་། སྤྱ་གྲུ་ཆོས་  
ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་ཏེ། རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་གཟུགས་བརྟན་བཞིན།  
ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལའང་མཚུངས་པར་འགྱུར་བར་དོགས་ན་དེའི་ཚུལ་གང་ལགས།

བཞི་པའི་ལན་ནི། གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་མ་རྟོགས་པ་ཞིག་ལ་བདེན་པར་མེད་  
དེ། གཟུགས་བརྟན་བཞིན་ཞེས་འགོད་ན་དཔེ་མ་གྲུབ་ཅེས་ལན་འདེབས་སུ་འོང་བས། དེ་ལ་  
བསམས་ནས་དེ་ལྟར་འགོད་པ་ནི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པའོ། ། ཞེས་བྲིས་པ་ལས་ཏེ། དེ་བས་  
ན་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་ཐོན་བྲིས་སུ། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་ཏེ། གཟུགས་བརྟན་བཞིན། ཞེས་བྲིས་  
ཐལ་བའང་ནོར་འདུག་ལ། རྗེ་ཡམ་སྤར་དང་པཎ་ཆེན་སོགས་ཀྱི་གསུང་འགའ་ཞིག་ན་དེ་ལྟར་  
བྱུང་བའང་ཐ་སྙད་ཐོར་ཡང་བར་བྱས་པ་ཅུམ་ཡིན་གྱི། དེགས་པས་བརྟགས་ན། ལྷག་མཐོང་  
ཆེན་མོ་ནས་རྗེ་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། གང་དུ་སྤང་བ་དེའི་རང་བཞིན་དུ་མེད་དེ། གཟུགས་  
བརྟན་བཞིན་ཞེས་འགོད་རྒྱ་ཡིན་ལོ། ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དེ་ཉིད་གཟུགས་བརྟན་སོགས་ཀྱི་སྟེང་  
དུ་རྟོགས་ན་བདེན་མེད་ཐ་མོ་རྟོགས་མི་དགོས་ཀྱང་། སྤྱ་གྲུ་སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་རྟོགས་ན་དགོས་  
པས། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྟོར་བ་ཞེས་པ་དེ་འདྲ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ལོ། །

ལྷ་པ། བཀའ་རྒྱའི་འགྲེལ་པ་དང་། ལྷ་མགུར་འགྲེལ་པ་གཉིས་ཀར། ཆོས་ཐམས་ཅད་  
རྟོག་ངོར་སྤང་བ་ཅུམ་ལས། དོན་ལ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་པར་གསུངས་ན། འདུག་པའི་རྣམ་  
བཤད་དུ། སྟོན་པོ་ལ་ཡང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྤང་བའི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་སྤང་བ་ལྟར་  
ཀྱི་དོན་ལ་མེད་ཀྱང་། ཞེས་དང་། ཡམ་རིམ་རྒྱུང་བར། དོན་ལ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་མི་སྲིད་པས་



བདེན་པར་འཛོག་པ་ནི་སྒྲིའི་ངོར་ཡིན་ལ། ཞེས་དང་། འདི་ལྟར་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་དབང་གིས་  
འཛོག་པས་མ་ཆེས་པར་དེ་ཅམ་མིན་པའི་བཏགས་དོན། དོན་ལ་རིམ་ལྔར་ཡོད་བཅའ་ནས་རྟེན་  
ན་ཡོད་པར་འཛོག་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལས་དགག་བྱའི་བྱུང་པར་སྐྱར་ནས་དོན་ལ་  
མེད་ཚུལ་འཛོག་པར་ལེགས་པར་གསལ་བ་ལྟར། དེ་ལྟར་བྱུང་པར་མ་སྐྱར་བའི་སྐབས་ཡོད་  
ནའང་དེ་བཞིན་ངེས་པར་སྐྱར་དགོས་པ་ཡིན་མིན་གང་ལགས། ཡང་ཉིད་ནས། སད་གཉིད་  
གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དགེ་སློང་གིས་དོན་ལ་མི་བསད་པ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་བྱུང་པར་ཡོད་ན། དེའི་  
སྐབས་སུ་ལྷུང་བ་འབྱུང་མིན་ལ་རྒྱ་མཚན་དེ་བཞེད་དགོས་པ་ལས་མི་ལམ་ན་བཅས་པ་མ་  
མཛད་ཅེས་བཞེད་དགོས་དོན་མེད་ཚུལ་གསུངས་འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་མི་ལམ་ན་ཁུ་བ་འབྱེན་པ་  
དང་། རེག་པ་དང་། འཕྲིག་ཆེག་དང་། རྩོན་སྐྱོ་བ་དང་། གདེགས་གཟེངས་དང་། སྒོག་གཙོད་པ་  
དང་། འཕྲིག་སྒྲོད་སོགས་བྱས་ཀྱང་། བཅས་པ་མེད་པས་ལྷུང་བ་མེད་པ་ཡིན་གྱི། དེ་དག་དོན་  
ལ་བྱས་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་བཞེད་དགོས་པ་ཡིན་མིན་ཡང་དོགས་འདུག་ལགས།

ལྷ་པའི་ལན་ནི། དབུ་མ་པའི་ལུགས་གཞིར་བྱས་ཆེ་དོན་ལ་བྱུབ་པ་ཡོད་མེད་ནི་དཀའ་  
གནད་མཐར་ཐུག་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཅུང་ཟད་དབྱད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་རབ་རིབ་ཅན་ལ་རིམ་  
ལྔར་སྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་དོན་ལ་བྱུབ་ན་རབ་རིབ་ལོག་རྗེས་སྐྱར་ལས་ཀྱང་གསལ་བར་  
དམིགས་རིགས་པ་ལྟར་མ་རིག་ཅན་ལ་གང་སྐྱར་བའི་གཟུགས་སྐྱོ་སོགས་ཀྱང་དོན་ལ་བྱུབ་ན་  
མ་རིག་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལོག་རྗེས་སྐྱར་ལས་ཀྱང་གསལ་བ་དམིགས་རིགས་པ་ལ།  
དེ་རྗེས་ཅི་ཡང་མི་སྐྱར་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་ཉ། དབུ་མ་སྦྱང་ཐོར། རབ་རིབ་བྲལ་བར་སྐྱར་  
པའི་མིག །ནམ་དག་ནི་མ་མེད་པ་ལ། །སྐྱར་དང་སྐྱར་བྱ་ཆེ་གཉིས་དང་། །མ་བྱའི་མདོངས་དག་  
མི་སྐྱར་ལྟར། །མཁས་པ་ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ཡི། །སྒྲིབ་ཐུན་རབ་རིབ་བྲལ་གྱུར་ཅིང་། །ཡང་  
དག་མཁྱེན་ཅན་ནི་མེད་ལའང་། །དེ་བཞིན་ཅི་ཡང་སྐྱར་བ་མེད། །ཅས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་མི་

ལམ་དང་འབྲུང་སོ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་ལའང་སྒྱར་ནས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དཔེར་ན་གཉིད་  
ལོག་གཉིད་དབང་གིས། བྱ་དང་བྱད་མེད་གཞལ་མེད་ཁང་།། གནས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་གྱུར་  
པ།། སད་ན་དེ་ལ་མི་སྣང་ལྟར།། དེ་བཞིན་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དག། སྒྲོ་བློས་མིག་ནི་བྱེ་གྱུར་ཅིང་།  
མི་ཤེས་གཉིད་དང་བྲལ་གྱུར་ནས།། སད་པའི་ཆེ་ན་མི་མཐོང་ངོ་།། ཞེས་དང་། དབྱ་མ་འཇུག་  
པ་ལས། འདི་ནི་རི་ལྟར་སད་བཞིན་རི་སྤྱིད་དུ།། མ་སད་དེ་སྤྱིད་དེ་ལ་གསུམ་སོ་ཡོད།། སད་  
པར་གྱུར་ན་གསུམ་ཆར་ཡོད་མིན་ལྟར།། གཏི་སྤྱག་གཉིད་སད་ལས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ།། ཞེས་  
དང་། དབྱ་མ་སྤྱིང་སོ་ལས། དཔེར་ན་མཚན་མོ་སྤྱན་ཁྲིད་ན།། འབྲུང་སོ་ཡང་དག་མེད་མཐོང་  
བ།། ཉི་མ་ཤར་ཅིང་མིག་བྱེ་ཆོ།། སྣང་བར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ལྟར།། དེ་བཞིན་མཁས་པ་ཡང་  
དག་གི། །ཤེས་པའི་ཉི་མས་མི་ཤེས་པའི།། བག་ཆགས་མ་ལུས་བཅོམ་པའི་ཆོ།། སེམས་དང་  
སེམས་བྱུང་ཡུལ་མི་མཐོང་།། ཞེས་ཏེ། དེ་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་སོ།། འདི་ལ་མ་རིག་བག་ཆགས་  
དག་རྗེས་མི་སྣང་བར་གསུངས་པ་ནི། དགག་བྱ་བདེན་གྲུབ་མི་སྣང་བའི་དོན་ཡིན་གྱི། དགག་  
གཞི་ཀུན་རྫོབ་མི་སྣང་བའི་དོན་མིན་ནོ།། ཞེས་པ་དང་། ཡང་ཆོས་ཉིད་གཞིགས་ངོར་མི་སྣང་  
བའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་མི་སྣང་བ་མིན་ཞེས་པ་གཉིས་ཀས་ཀྱང་སྐབས་དོན་མ་རྟོགས་པ་སྟེ།  
འོག་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ།། གཞན་ཡང་རབ་རིབ་ཅན་ལ་གང་སྣང་བའི་སྐུ་ཤད་ནི་འབྲུལ་རྒྱ་རབ་  
རིབ་ཡོད་ན་སྣང་ལ་མེད་ན་མི་སྣང་བ་ལྟར། མ་རིག་ཅན་ལ་གང་སྣང་བའི་སྤྱང་སོགས་ཀྱང་དེ་  
དང་འདྲ་བར་གསུངས་ཏེ། རིགས་པ་དུག་ཅུ་པར། མ་རིག་འགགས་པར་འགྱུར་བ་ན། གང་ཞིག་  
འགགས་པར་འགྱུར་བ་དེ། མི་ཤེས་པ་ལས་ཀུན་བཏགས་པར། རི་ལྟ་བུར་ན་གསལ་མི་འགྱུར།  
ཞེས་ཀུན་རྫོབ་ནི་མ་རིག་པ་ཡོད་ན་སྣང་ལ་མེད་ན་མི་སྣང་བས། དེའི་དབང་གིས་བཏགས་པ་  
ཅམ་ཡིན་གྱི། དོན་ལ་མ་གྲུབ་པར་གསུངས་སོ།། འོ་ན་ཀུན་རྫོབ་སངས་རྒྱས་ལ་སྣང་ངམ་མི་  
སྣང་། མི་སྣང་ན་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། སྣང་ན་དེ་སྣང་བར་མ་རིག་ལ་ལྟོས་པ་དང་འགལ་ལོ་

ཞེ་ན། སངས་རྒྱུ་རང་ངོས་ནས་སྤང་ན་འགལ་མོད་ཀྱང་གཞན་ལ་སྤང་བའི་སྟོན་སྤང་བ་  
ལ་སྟོན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྗེའི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་པའོ། ། ཁ་ཅིག་མ་རིག་ཅན་ལ་སྤང་བའི་སྟོན་  
ནས་སངས་རྒྱུ་ལ་སྤང་བར་གསུངས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་སྤང་བའི་སྤང་བ་ལ་གསུངས་  
པ་ཡིན་གྱི། ཀུན་རྫོབ་ཅམ་ལ་གསུངས་པ་མིན་ནོ། ། ཞེས་ཟེར་བ་ནི་སྟོན་པོ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་  
པའི་འོལ་ཆོད་དེ། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་རི་ལྟར་སྤང་ཚུལ་དཔྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་གྱི།  
བདེན་སྤང་སྤང་ཚུལ་ལ་དཔྱེད་པའི་སྐབས་མིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་སྤང་བ་མ་  
རིག་ལ་ལྟོས་པར་གསུངས་པ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྤང་བ་མ་རིག་པ་ལ་ལྟོས་པའི་དོན་  
ཡིན་གྱི། ཀུན་རྫོབ་ཅམ་སྤང་བ་དེར་ལྟོས་པའི་དོན་མིན་ནོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་སྤྱི་བའང་དོན་དུ་དགག་  
བྱ་བདེན་གྲུབ་སྤང་བ་མི་བདེན་ཀྱང་དགག་གཞི་ཀུན་རྫོབ་སྤང་བ་བདེན་ནོ། ། ཞེས་སྤྱི་བར་སོང་  
བས། བདེན་གཉིས་འདྲི་མཆམས་ལ་གོ་བ་ཕྱོགས་འགོ་ཅམ་ཡང་མ་ཆགས་པའི་གཏམ་དུ་  
སྤང་ངོ་། ། མདོར་བསྡུས་ན་ལམ་རིམ་རྒྱུ་བར། དོན་ལ་བདེན་པར་མ་བྱུང་ཅེས་གསུངས་པའི་  
དོན་ནི་ཆོད་དང་དོན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་དོན་ཏེ། དེ་ཡང་སྤྱིར་སྤང་བ་ལ་གང་སྤང་བ་དང་། གང་  
གིས་སྤང་བའི་ཆ་གཉིས་ཡོད་པའི་སྤྱི་མ་ཅམ་ལ་དོན་གྱི་ཐ་སྙད་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བས་ན་  
གང་ཡང་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་མམ་རྟོག་ངོར་སྤང་ཅམ་ལས་དོན་དུ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་ཅིང་།  
གང་དོན་ལ་མ་བྱུང་བའི་མིང་རྒྱུ་བཏགས་ཡོད་ཅམ་གྱི་སྟེང་ནས་འཁོར་འདས་གྱི་ནམ་གཞག་  
ཐམས་ཅད་ཆོད་གྲུབ་འཐད་ལྡན་དུ་འདྲིལ་ཤེས་པ་ནི། དཔལ་ལྡན་ཐམས་འགྱུར་བའི་བྱུང་ཆོས་  
མིན་ནམ་སྤྱི་ཉིད་ནས་དཔྱེད་ལ། མི་འཐད་པ་ལྟ་ན་མཆིལ་སྐབས་བཞིན་དུ་རྒྱུ་རིང་དུ་འདོར་  
འཆལ་ལོ། །

དུག་པ། ལྟ་མགུར་འགྲེལ་པར། བྱུང་ཤིང་ཡིན་ན་མེས་སྲེག་བཞིན་པ་ཞིག་ངེས་པར་  
དགོས་ཏེ། ཞེས་དང་། ཆོག་གསལ་ལས་ཀྱང་སྲེག་བཞིན་པ་མིན་པ་བྱུང་ཤིང་དུ་མི་འཐད་པར་

གསུངས་སོ།། དེ་ལྟར་ན་བསྐྱེད་པ་ཆེན་དང་། བསྐྱེད་པ་ལྟར་གྱི་ཤིང་གང་ཡང་བྱད་ཤིང་བྱ་  
མི་བྱད་བས་བྱད་ཤིང་ཡིན་ན་མེ་དང་དུས་གཅིག་པ་ཞིག་དགོས་པར་གྲུབ་སོ།། ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པ་ཡང་། ཅ་ཤེས་རྣམ་པ་ཤད་དུ། གཡ་ཏེ་དང་པོར་བྱད་ཤིང་གྲུབ་པ་ལ་ལྟོས་ནས་མེར་  
འགྱུར་བར་རྟོག་ན་དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། སྐྱེས་བཞེན་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་བྱད་ཤིང་མིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ་  
གཞན་དུ་ན་ཅ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱད་ཤིང་དུ་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་དུ་ཆོགས་  
གསལ་ལས། གསུངས་པ་ནི་བྱད་ཤིང་ངོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ན་མེ་དང་ཐད་མི་དགོས་པ་ལ་དགོངས་  
ཀྱི། བྱད་ཤིང་ཅམ་ལ་དེ་ལྟར་འདོད་པ་མིན་ཏེ་དུས་སྤྱི་བའི་བྱ་བྱེད་མང་པོ་ཐ་སྙད་དུ་འཛོག་པའི་  
སྤྱིར་རོ།། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་དང་ཅུང་མི་འགྲིགས་པ་ལྟ་བུར་སྤྱང་འདུག་ལགས།

ལྷག་པའི་ལན་ནི། རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། གང་གསུམ་མེད་པར་རེ་རེ་མེད། གཅིག་  
 མེད་པར་ཡང་གསུམ་མེད་དོ། ཞེས་འབྱུང་བ་བཞིན་བྱ་རམ་གྱི་རོ་གཟུགས་ལྟར་དངོས་རྒྱ་  
 ཆོགས་པ་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱུབ་པར་གསུངས་ལ། ཡང་ཤེས་རབ་སྟོན་མེད་  
 འབྲེལ་བ་ཤད་ལས། དེ་ལ་བྱད་ཤིང་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་གསུམ་པོ་དག་ཡིན་ལ། མེ་ནི་  
 མེད་ཁམས་སོ། ཞེས་དང་། མདོ་རྒྱན་དབྱིག་འབྲེལ་ལས། མེ་ཞེས་བ་ནི་མེད་ཁམས་སོ། བྱད་  
 ཤིང་ནི་འབྱུང་བ་ལྷག་མ་རྣམས་ཏེ། ཞེས་འབྱུང་བ་གཞན་གསུམ་བཞེག་བྱའི་བྱད་ཤིང་དང་།  
 ཅིག་ཤོས་ཞེག་བྱེད་གྱི་མེར་གསུངས་པས་མེ་དང་བྱད་ཤིང་གཉིས་པོ་དུས་སྔ་སྔེ་བར་ག་ལ་  
 རུང་སྟེ། དངོས་རྒྱ་ཆོགས་པ་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། དུས་སྔ་སྤྱིར་  
 མེ་རུང་ན་རྒྱ་འབྲས་སྤུ་དེ་བས་ཀྱང་མི་རུང་བར་འདུག་སྟུང་ནས། ཅ་ཤེས་ཤིག་ཆེན་གྱི་གསུང་  
 དེ་ཉིད་ལན་དུ་མར་མངལ་ཞིང་ཁོང་དུ་རྒྱུད་མོད་ཀྱང་། དེའི་དགོངས་པ་སྤྱར་འཆོལ་རྩིས་ཀྱིས་  
 ལྟ་མགུར་འབྲེལ་བར། གཞུང་འགའ་ཞིག་དུ་བྱད་ཤིང་མེད་རྒྱུར་གསུངས་པ་ནི་ཤིང་གི་ཆ་སྔ་  
 མ་ལ་དགོངས་པར་རིགས་སོ། ཞེས་རེ་ཞིག་བྱང་དོན་དུ་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་མཆོན་དེ་ལྟར་ལགས།

འདྲུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། རྒྱ་བྱད་ཤིང་མེད་པར་འབྲས་བུ་མེ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེ་བཞིན་  
 རོ།། ཞེས་པའི་དགོངས་པའང་སྤར་བཞིན་རོ།། དེ་བས་ན་བྱད་ཤིང་གི་མཚན་ཉིད་གསལ་  
 བར་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་གཞུང་མ་མཐོང་ནས། ལྷ་མགུར་གྱི་འགྲེལ་བར། མེ་དང་བྱད་ཤིང་  
 གི་རྣམ་གཞག་གསལ་བར་གཏན་ལ་དབབ་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་པ་ལ་དེ་ནས་རི་ལྷར་བཤད་  
 པའི་ལུང་རིགས་རྣམས་ལེགས་པར་བྱང་བསྐྱིགས་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་དཔྱད་པར་རང་དགར་  
 ཅ་ཤེས་ཤིག་ཆེན་གྱི་གསུང་ཟེན་དང་། འགལ་བ་ཅམ་ཞིག་བསྐྱིགས་པར་མཛད་པ་ནི་ཅུང་མི་  
 འོས་པ་ཞིག་སྟེ། དེར་མ་ཟད། རང་གི་ལུགས་ལྷར་བྱད་ཤིང་གི་མཚན་ཉིད་འདིའོ་ཞེས་པ་ཞིག་  
 འཛོག་དགོས་རྒྱུར་འདྲུག་ནའང་མི་འདྲུག་པས་སུན་ཅི་བྱིན་དུ་ཞོལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུགས་དང་  
 ཡང་ཉེ་ལ་ཁད་པ་བྱུང་འདྲུག་གོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་པན་ཚུན་ནང་ཉེ་བའི་དོན་གྱིས་ཀྱང་འདི་ཚུལ་དུ་ལྷ་  
 བ་ལགས།

བདུན་པ། བཀར་རྒྱའི་འགྲེལ་བར། གསེར་བུམ་ལྷ་བུ་བྱ་བྱུང་གཞིར་བཟུང་ནས་ཀ་བུམ་  
 གང་རུང་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གཉིས་ཀར་སྤྲས་ཀྱང་སྐྱོན་མི་འབྱུང་བའི་གནད་ནི། ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་པར་ཡང་། ཀ་བུམ་གང་རུང་ཡིན་མིན་གཉིས་དངོས་འགལ་མིན་པར་འདོད་ན་  
 འགྲིགས་མིན་དོགས་འདྲུག་ལགས།།

བདུན་པའི་ལན་ནི། གསེར་བུམ་ལྷ་བུ་ཀ་བུམ་གང་རུང་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀར་སྤྲས་  
 པ་ལ། འོ་ན་དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དངོས་འགལ་མིན་པར་ཐལ། གཉིས་ཡིན་གྱི་སྤང་གསུམ་མི་  
 སེལ་བའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། འོ་ན་མི་ལ་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དངོས་འགལ་མིན་  
 པར་ཐལ། ཉགས་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་བཞེད་ན་ལན་ཅི་ཡོད། གལ་ཏེ་དེ་ནི་ཆོག་ལ་འཁྲི་བ་འབའ་ཞིག་  
 སྟེ། ཡོད་པའི་མི་ལ་ལ་དང་། མེད་པའི་མི་ལ་ལ་གཉིས་མི་ལ་ལ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདྲ་ཡང་དོན་མི་  
 འདྲ་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འོ་ན་དེར་ཡང་ཡིན་པའི་ཀ་བུམ་གང་རུང་དང་མིན་པའི་ཀ་བུམ་གང་རུང་

གཉིས་ཀ་བྱམ་གང་རྒྱུ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་ཚད་པ་དེ་ནི་ཆོག་འཁྲི་  
འབའ་ཞེས་གོ། གཞན་ཡང་ཀ་བྱམ་གང་རྒྱུ་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་དགོས་སམ་མི་དགོས།  
དགོས་ན་ཀ་བྱམ་གང་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་ལོ། མི་དགོས་ན་ཀ་བྱམ་གང་  
རྒྱུ་མིན་ནའང་དེ་གཉིས་ཀ་མིན་མི་དགོས་པས། དེའི་ཆོག་གསེར་བྱམ་ཆོས་ཅན། ཀ་བྱམ་གང་  
རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་དང་། ཡང་དེ་ཆོས་ཅན། ཀ་བྱམ་གང་རྒྱུ་  
མིན་པར་ཐལ། ཀ་བ་མིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཐལ་བ་སྔ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་ཁས་ལྷང་དགོས་པས་རྒྱ་  
མཚན་དེ་འདྲ་ལ་བསམས་ནས་གསེར་བྱམ་ལྟ་བུ་ཀ་བྱམ་གང་རྒྱུ་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀར་ཁས་  
ལྷངས་ཀྱང་སློན་མེད་ཅེས་སྒྲས་སོ།།

བརྒྱད་པ། ལྟ་མགུར་འབྲེལ་པར། འཇུག་འབྲེལ་ལས། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་  
པར་བཞག་པ་དང་། བརྟེན་ནས་གདགས་པ་རྣམས་པར་བཞག་པ་ཞེས་ཚུལ་གཉིས་སུ་གསུངས་  
ཀྱི་དེ་ལས་མང་བར་མ་གསུངས་པས་རྟེན་འབྱུང་མཐའ་དག་དེ་གཉིས་སུ་འདྲ་དགོས་ལ། འདྲ་  
ཚུལ་ཡང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཐའ་དག་སྔ་མ་དང་། གདགས་གཞི་བཏགས་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་  
འབྲེལ་མཐའ་དག་ཕྱི་མར་རོ། འོ་ན་རིང་མུང་གཉིས་ཀྱང་པན་ཚུན་དུ་གདགས་གཞི་བཏགས་  
ཆོས་སུ་འགྱུར་ཏེ། པན་ཚུན་ལྟོས་བྱུང་ཡིན་ཞིང་རྒྱ་འབྲས་མིན་པས་སོ་སྣམ་ན། འིན་ཏུའང་  
འདོད་དེ། འར་བྱུང་སོགས་ལའང་དེ་བཞིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ལྟར་ན། སྤྱིར་ཆོས་དེའི་  
གདགས་གཞི་བཏགས་ཆོས་སོ་སོའི་དོན་རིམ་ལྟར་འཛོག་དགོས། འཇུག་པའི་རྣམས་བཞུགས་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ནས་བཞག་དགོས་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དང་། བརྟེན་ནས་  
སྤྱིས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བརྟེན་ཚུལ་གསུམ་དུ་གསུངས་དགོས་པའི་དོན་རིམ་ལགས།

བརྒྱད་པའི་ལན་ནི། གང་དག་གདགས་གཞི་དང་། བཏགས་ཆོས་ཀྱི་དོན་ནི་སྐབས་  
འདིར་ལྟོས་ས་དང་ལྟོས་ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱེད་ན་རྒྱུང་བར་མངོན་ལ། བརྟེན་ནས་བཞག་པ་ནི།



བརྟེན་ནས་བདག་པ་དང་། བརྟེན་ནས་སྤྲེལ་བ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ཡིན་པས། འབྲུག་ནམ་དུ།  
བརྟེན་ནས་བཞག་པ་སོགས་ནམ་གྲངས་གསུམ་གསུངས་པ་ནི་དབྱེ་གཞི་དང་དབྱེ་བ་བསྐྱེམས་  
ནས་བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ།།

དགྲ་པ། ལྷ་འགྲེལ་དུ། དེའི་ཕྱིར་སྤང་པོ་བདེན་མེད་མ་རྟོགས་ན་གཟུགས་བརྟན་  
སོགས་བདེན་མེད་རྟོགས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་མི་འཛོག་པས། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ན། འབྲུག་པར། བདག་མེད་འདི་ནི་འགྲོ་བ་ནམས་དཔྱེལ་ཕྱིར། ཆོས་དང་གང་ཟག་  
དབྱེ་བས་ནམ་གཉིས་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་རི་ལྟར་ལགས།

དགྲ་པའི་ལན་ནི། སྤྱིར་གཟུགས་བརྟན་ཉིད་ཆོས་དང་གང་ཟག་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཆོས་  
ཙམ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་བདག་མེད་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཙམ་ཡིན་མོད་ཀྱི། འོན་ཏེ་དེ་རྟོགས་  
པས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་འཛོག་མི་རུས་པའི་གནད་ནི་གཟུགས་བརྟན་ཉིད་ཆོས་  
བདག་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། འདིར་མཁས་པས་  
བརྟགས་ན་གོ་རྒྱུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་སྟུང་དུ་བདག་སྒྲུབ་མོ། དེ་ཡང་ལུས་ཅན་འཁོར་བར་འཆིང་  
བ་ནི་བདག་དང་སྤང་པོ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པས་ཡིན་ཀྱི། གཟུགས་བརྟན་ལ་དེར་ཞེན་པས་མིན་  
ལ། དེ་མིན་པས་བདག་མེད་གཏན་ལ་པབ་ནས་བསྐྱོམ་ནའང་གཙོ་བོར་བདག་དང་སྤང་པོའི་  
སྤྲིང་དུ་བསྐྱོམ་དགོས་ཀྱི། གཟུགས་བརྟན་སོགས་ཀྱི་སྤྲིང་དུ་མིན་པས། གནད་དེ་ལ་བསམས་  
ནས་སྤང་པོ་བདེན་མེད་མ་རྟོགས་ན་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་རྟོགས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
མེད་རྟོགས་པར་འཛོག་མི་རུས་ཏེ། དཔེར་ན་སྤང་པོ་བདེན་མེད་ཁས་མ་སྤངས་ན་གཟུགས་  
བརྟན་བདེན་མེད་ཁས་སྤངས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཁས་སྤངས་པའི་གས་སུ་འཛོག་མི་རུས་  
པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་སྒྲིངས་རྒྱལ་བ་བདག་མཆོད།

འདིར་སྤྲུས་པ། ཆོས་ཀྱི་གོགས་པོས་རི་ལྟར་མེད་དོན་དུ། ཆོས་མེད་སྤང་པོས་ལན་

དུ་གསོལ་བ་ལ། ཆོས་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་མཆིས་སོ་འཁོལ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་ལྷན་ནམས་  
ལ་སྦྱང་ནས་འཆགས།

ཆོས་ལ་དཔྱོད་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། ཆོས་ཚུལ་ཕྱོགས་དུས་ཀྱན་ཏུ་དར་  
ཞིང་རྒྱས། ཆོས་མཛད་སྤྱི་དང་བྱད་པར་ལག་བརྒྱའི། ཆོས་སྲིད་མཛད་པ་མཐའ་དག་སྤྱན་  
བྱུང་ཤོག ། ཆོས་བརྒྱད་ཁོལ་བོ་བདག་ཀྱང་སྲིད་མཐའི་བར། ཆོས་ཀྱི་རྩེ་བོ་སྒྲ་མས་རྩེས་སུ་  
བཟུང་། ཆོས་བཞིན་བསྐྱབས་པས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། ཆོས་རྩེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་  
སྤྱར་ཐོབ་ཤོག ། དེ་ལྟར་བྲིས་ལན་གནད་ལ་རེག་པ་ཞེས་བྲ་བ། འདི་ཡང་དག་དབང་ཕྱན་  
ཆོག་ས་པས་ ༡༩༡༩ ལ་སྤྱར་བའོ། །

༥ དབྱད་བཞི་འགའ་ཞིག་འདི་བ་ལ། ཁོ་བོའི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ན། འཇུག་པའི་ནམ་  
བཤད་ལས། འཇིག་རྟེན་རང་འགའ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདེན་གྲུབ་ཡིན་ན་དང་། ཞེས་པའི་  
བདེན་གྲུབ་ནི། དབྱ་མ་འཇུག་པར། འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན། ཞེས་པའི་བདེན་པ་དང་  
གནད་གཅིག་ལ། རྫོགས་ཕྱོགས་ཀྱི་བརྒྱན་པ་ཡང་། འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་ནམ་པར་  
གཞག་ཅེས་པའི་ལོག་པ་སྟེ་བརྒྱན་པ་དང་གནད་གཅིག་གོ ། དེ་ལྟར་ན་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་  
པ་འདི་བཞིན་དུ་བཀའ་དགོས་སམ་སྟུམ་སྟེ་གང་ཞིག་དབྱ་མའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདེན་པ་  
ཡིན་ན་དེ་ལ་དབྱ་མའི་ཕྱགས་ཀྱི་སྤྱང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་སུ་མི་འོང་བར་མ་ཟད་འཇིག་རྟེན་  
རང་འགའ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ན་ཡང་འཇིག་རྟེན་རང་འགའ་བ་དག་ལ་འདི་  
དབང་དུ་བྱས་པ་སྤྱང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་སུ་མི་འོང་བས། དེ་དག་ལ་སྤྱང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་  
སུ་བྱང་ན་ནི་རང་འགའ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བརྒྱན་པར་གྲུབ་པ་ཁོ་ན་སྟེ། དབྱ་མའི་དབང་  
དུ་བྱས་པའི་བརྒྱན་པར་དེས་ནི་གྲུབ་པ་བཅད་དོ། ། གཉིས་ཆོགས་སུ་རི་ལྟར་མ་གྲུབ་ཅེ་ན་རང་  
འགའ་བ་དག་ལ་དཔེར་ན་གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་ལྗོ་ལྟར་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱང་དུ་བྱམ་པར་སྤྱང་བ་

བྱུང་ཆེ་སྣང་བ་ལྟར་དུ་བྱུང་བར་སྟོང་བ་མི་འོང་ཞིང་། ཀ་བ་ལྟ་བུའི་སྟེང་དུ་བྱུང་བ་ས་སྟོང་བ་  
 བྱུང་ཆེ་བྱུང་བར་སྣང་བ་མི་འོང་བའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། འདིར་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། ཐ་  
 སྟན་པའི་ཚོ་རང་འགའ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདེན་བྱུང་ཡིན་ན་ཡང་། ཞེས་སོགས་དང་། སྤ་  
 མའི་ཡོད་འཛིན་ནི་སྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེན་འཛིན་མིན་ལ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་ཅུང་ཟད་དབྱད་  
 པའི་ལུགས་སུ་བྱས་ན། ཚོ་རང་འགའ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདེན་བྱུང་ནི། དབྱ་མ་འཇུག་  
 པར། འཛིན་ཉེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ཞེས་པའི་བདེན་པ་དང་གནད་གཅིག་ལ། དེའི་སྒྲིག་  
 རྒྱུགས་ཀྱི་བརྒྱན་པ་ཡང་འཛིན་ཉེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་བཞག །ཅེས་པའི་ལོག་པ་  
 སྟེ་བརྒྱན་པ་དང་ཡང་གནད་གཅིག་པས། དེས་ན་གཞུང་གི་དགོངས་པ་འདི་བཞིན་དུ་བཟུལ་  
 དགོས་སམ་སྟུམ་སྟེ། དབྱ་མའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་བྱུང་ལ་དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྣང་སྟོང་  
 གཉིས་ཆོགས་སུ་མི་འོང་བར་མ་ཟད། འཛིན་ཉེན་རང་འགའ་བའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་བྱུང་ཡིན་ན་  
 ཡང་དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྣང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་སུ་མི་འོང་བས། དེས་ན་དེ་འདྲིའི་གཉིས་  
 ཆོགས་ཚོ་རང་འགའ་བ་གང་གི་ངོ་ལ་བྱུང་ན་ཚོ་དེས་འཛིན་ཉེན་རང་འགའ་བའི་དབང་དུ་བྱས་  
 པའི་བརྒྱན་པར་བྱུང་བ་སྟེ། ཁོ་ན་ཞེས་པས་ནི་དབྱ་མའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བརྒྱན་པར་བྱུང་བ་  
 བཅད་པའོ།། གཉིས་ཆོགས་མི་འོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཀ་བྱུང་སོགས་འཛིན་ཉེན་རང་འགའ་  
 བའི་བདེན་བྱུང་གང་ཡིན་ཀྱང་ཅུང་སྟེ་དེར་སྣང་བྱུང་ན་དེས་སྟོང་མི་འོང་ཞིང་། དེས་སྟོང་བྱུང་ན་  
 དེར་སྣང་མི་འོང་བས་ཡིན་ནོ།། ཡང་སྤ་མའི་ཡོད་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་སྤ་མའི་དོན་དམ་དུ་ཡོད་པར་  
 འཛིན་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བདེན་འཛིན་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེར་ཡོད་པ་ཤེས་བྱ་ལ་  
 སྤེད་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ནོ།། དེའི་ཕྱིར་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྤ་མའི་དོན་དམ་དུ་ཡོད་ན་བདེན་པར་  
 ཡོད་དགོས་ཀྱང་། བྱུང་བ་བདེན་སྟོང་ལྟ་བུ་དེར་ཡོད་ན་བདེན་པར་ཡོད་མི་དགོས་སོ།། ལྟན་  
 སྒྲིམ་གྱི་བདེན་འཛིན་མིན་ལ། ཞེས་པས་ཀུན་བཏགས་སུ་སྟོན་བཞེད་པ་མིན་གྱི། འོ་ན་གང་ཞེ་

ན། བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ལ་བདེན་འཛིན་དངོས་གནས་པས་བྱུང་ཡང་། གུན་བཏགས་ལ་མ་  
བྱུང་པས། དེ་ལ་དགོངས་ནས་ལྷན་སྐྱེས་ཞེས་པའི་བྱུང་ཐོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། དེའི་བདེན་  
འཛིན་ལ་ནི་སྤྱི་མའི་ཡོད་འཛིན་དགོས་ཞེས་པས་ཀྱང་། སྤྱི་མའི་ཡོད་འཛིན་དེ་ཙམ་བདེན་འཛིན་  
མིན་པར་ཤེས་ཏེ་ནི་ཞེས་པས་དེ་བདེན་འཛིན་ལས་དགར་བའི་སྤྱིར་རོ། མཁས་པ་ལ་ལས་སྤྱི་  
མའི་དོན་དམ་དུ་ཡོད་པ་དགག་བྱ་ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། དེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དགོངས་པ་  
རབ་གསལ་ལས། དང་པོའི་དོན་དམ་དང་དེའི་དོར་བྱུང་པ་ཡང་ཡོད་ལ། སྤྱི་མའི་དོན་དམ་དང་  
དེར་ཡོད་པ་གཉིས་ཀ་མི་སྤྲིད་དོ། ཞེས་སོ། འོན་ཏེ་བྱུང་པ་ལྷ་བྱ་སྤྱི་མའི་དོན་དམ་དུ་བྱུང་ན་  
བདེན་པར་བྱུང་དགོས་ལ། བྱུང་པའི་ཆོས་ཉིད་ལྷ་བྱ་ལ་དེ་མ་དགོས་པའི་གནད་ནི་རིགས་པས་  
དབྱེད་བཅོད་དུ་བྱུང་དགོས་པ་དང་མི་དགོས་པ་ལ་བྱུང་བ་སྟེ། སྤྱི་མ་པས་ཆོག་གོ། །

### སྤྱི་བ་སྤྱི་སྤྱི་དང་བདེན་པ་བཞིའི་དཀའ་གནད་གསལ་བར་བཤད་པ།

ན་མོ་གྲུ་རུ། འདིར་རང་ལ་གང་གཞོད་པ་རྣམས་སྤང་། བན་པ་རྣམས་བསྟེན་དགོས་  
ཏེ། དཔེར་ན་དུག་སྤངས་ཤིང་། སྤྲོན་བསྟེན་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། དེ་ཡང་ལུས་ལ་གཞོད་པའི་  
དུག་ངོ་ཤེས་པ་དང་། དེ་སེལ་བའི་ཐབས་ཤེས་པ་ནི་དུད་འགྲོ་ལའང་ཡོད་ཅིང་། འོན་ཏེ་སེམས་  
ལ་གཞོད་པའི་དུག་གང་ཡིན་དང་། དེ་སེལ་བའི་སྤྲོན་ངེ་བཞིན་མཁྱེན་པ་ནི་སྤྱུང་པ་སངས་རྒྱུ་  
ཉག་གཅིག་ཏུ་ཟད་དེ། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་པ་ལས། འགྲོ་བའི་ནད་གསོ་སྤྲོན་པ་སྤྲོན་པའི་  
མཆོག་གྱུར་པས། ཤེས་རབ་བརྟན་པ་བྱང་ཆུབ་ལམ་ལྡན་འདི་གསུངས་ཏེ། ཞེས་དང་། སྤྱི་ད་  
འཇུག་ལས། ཐ་མལ་ནད་ཀྱིས་འཛིགས་ན་ཡང་། སྤྲོན་པའི་དག་བཞིན་བྱ་དགོས་ན། འདོད་  
ཆགས་ལ་སོགས་ཉེས་བརྒྱུ་ཡི། རྟན་ཀྱིས་ཉག་བཏབ་སྤྲོས་ཅི་དགོས། དེ་གཅིག་གིས་ཀྱང་

འཛམ་གླིང་ན། གནས་པའི་མི་ཀུན་ཆག་བྱེད་ན། དེ་དག་གསོ་བའི་སྒྲན་གཞན་ནི། འོག་ས་  
རྒྱལ་ས་ཀུན་ནས་མི་ཉིད་ན། དེ་ལ་སྒྲན་པ་ཐམས་ཅད་མཁུ་ན། ཟུག་རྩ་ཐམས་ཅད་འབྱེན་པ་  
ཡི། བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་སེམས་པ་ནི། འིན་རྟུ་གཏི་ཐུག་སྦྲད་པའི་གནས། ཞེས་སོ།

དེ་ཡང་ལུས་ཀྱི་ན་ཆ་སྦྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐ་མལ་པའི་དུག་ལས་སེམས་ཀྱི་ན་ཆ་སྦྲོང་  
བར་བྱེད་པའི་ཆགས་སྤང་སོགས་ཉེས་དམིགས་འིན་རྟུ་ཆེ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། དུག་སྤང་མ་རི་ལྟར་  
ནོ་ཡང་ཆེ་འདྲིའི་སྒོག་ལ་གཟན་པ་ཅམ་དུ་ཟད་ལ། ཉོན་མོངས་པའི་དུག་སྤང་གཅིག་གིས་ཀྱང་  
ཆེ་རབས་གཏན་དུ་བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་འཕྱང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། མདོར་ན་སྤུག་བསྐྱེད་  
ཐམས་ཅད་ལས་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བྱས་པས། དེ་ལས་གཞོད་ཆེ་བའི་  
དུག་ནི་གང་ནའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། གཞན་ཡང་འཛིག་ཉོན་ན་ཆེ་བ་རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་དང་།  
ཆུང་བ་དུད་འགོ་ཡན་ཆད་པན་ཚུན་དུ་འཐབ་ཅིང་ཅོད་པ་ནི་རང་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་།  
གཞན་སྤྱོད་ལ་སྤང་བས་བྱས་པ་ནི། འིན་རྟུ་གསལ་ལ། འོན་ཀྱང་འདི་ཅམ་ཡང་མ་མཐོང་བ་  
ནི་ཡོང་བ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཡོང་བ་དང་། མོངས་པ་བས་ཀྱང་ཆེས་མོངས་པ་འོ། དེ་ལྟ་ནའང་དེང་  
སང་གི་མི་རྒྱལ་ས་གནས་ལ་འཕྱར་བ་དང་ས་ལ་འཛུལ་བ་སོགས་སྦྱུ་རྩལ་ཅི་ཡང་ཤེས་མོད་ཀྱི།  
ཆེ་འདི་ཕྱི་གཏན་དུ་གང་གིས་པན་པ་དང་གང་གིས་གཞོད་པའི་རྒྱ་རོ་མི་ཤེས་པ་ནི་འདུལ་བ་  
ལྷང་ལས། མཐོང་བ་བྱ་བ་མི་མཐོང་སྟེ། མི་མཐོང་བ་ནི་མཐོང་བར་བྱེད། དེགས་བྲལ་འགམ་  
ཀྱི་སྟེལ་མཐོང་ལ། ཐོར་བྱ་ནང་གི་ཆོད་མ་མིན། ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་སྤང་རོ། དེས་ན་  
དེང་སང་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་ཞེས་རྒྱུ་ལྟར་གསུངས་མོད་ཀྱང་། དེ་ཡོང་དང་མི་ཡོང་རྩ་བ་སེམས་  
ལ་རི་ལྟར་སྤུག་ཚུལ་དང་། བྱེད་པར་ཆགས་སྤང་སོགས་སྦོང་སྤུབ་མི་སྤུབ་ལ་རག་ལས་ཚུལ་  
སོགས་དེ་མ་མེད་པའི་རིགས་ལམ་ནས་བྱངས་ཏེ་དཔྱིས་བྱིན་པར་ཤེས་མཁན་ནི་སངས་རྒྱས་  
པའི་མཁས་པ་རྒྱལ་ས་ཕུད་དེ་མིན་སྟེ་ལའང་མེད་དོ་ཞེས་ཁོ་བོས་ཀྱང་ཁྱེད་མཆོག་རྒྱལ་ས་པོ་ཆེའི་

གནས་སུ་དམ་བཅའ་བར་ནས་སོ།། དེའི་ཕྱིར་ཕན་གཞོན་དཔྱོད་ཤེས་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དེ་  
མི་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུབ་པོ་ཟེར་བ་ཡིན་པས། རང་ལ་གང་གིས་ཕན་པ་དང་གང་གིས་གཞོན་པ་ཤེས་  
དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་དངོས་སུ་དང་། ཀུན་འབྱུང་གིས་བརྒྱན་ནས་གཞོན།  
འགོག་པས་དངོས་སུ་དང་། ལམ་གྱིས་བརྒྱན་ནས་ཕན་པའི་ཚུལ་ལ་ཆོག་ཙམ་དུ་མ་སོང་བར་  
ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་བྲངས་པའི་ངེས་པ་བརྟན་པོ་སྟོན་དགོས་སོ།།

དེ་ལྟར་བདེན་བཞིའི་རྣམ་གཞག་མདོ་ཙམ་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་གཉིས། བདེན་  
བཞིའི་ཆང་འདིང་བ་དང་། བདེན་བཞི་ཉིད་བཤད་པའོ།། དང་པོ་ལ་གཉིས། ཆེ་སྡེ་ཕྱིའི་རྣམ་  
གཞག་བཤད་པ་དང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའོ།། དང་པོ་ལ་ཆེ་སྡེ་ཕྱི་ཡོད་པར་  
བསྐྱབ་པ་དང་། མེད་པར་དགག་པའོ།། དང་པོ་ལ་ཆེ་སྡེ་མ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པ་དང་། ཕྱི་མ་  
ཡོད་པར་བསྐྱབ་པའོ།། དང་པོ་ལ་སྡེ་སྟེ། རིགས་འབྲས་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་དང་། གོམས་པ་  
སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་དང་། ཉེར་ལེན་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷོང་བ་སྟོན་སོང་གིས་  
བསྐྱབ་པ་དང་། ཤེས་བྱ་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པའོ།། དང་པོ་ནི། ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། འབྱུང་རྒྱུ་དབང་པོ་སྟོན་དག་ནི། རང་གི་རིགས་ལ་སྟོན་མེད་  
ཅན། ལུས་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེས་མིན། ཏ་ཅང་ཐལ་ཕྱིར་ཞེས་ཏེ། ཁྱིས་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་  
པའི་དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་སོགས་རང་རང་གི་རིགས་འབྲས་སྟོན་དུ་སོང་བ་ལ་སྟོན་པ་མེད་པར་དེ་  
དག་ལུས་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པར་སོང་བས། དེ་ལྟར་  
ན་ཐམས་ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་སོགས་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་པར་  
འབྱུང་ངོ།། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་རང་རང་གི་རིགས་འབྲས་སྐྱེ་བར་བྱུང་བས། རྒྱ་མཚན་དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་ཆེ་སྡེ་མ་ཡོད་པར་དཔོག་ནས་བ་སྟེ། ཆེ་འདིའི་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་  
སོགས་ཀྱི་རིགས་འབྲས་སྟོན་མ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་ཆེ་སྡེ་མའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་བཞག་དགོས་པའི་



གནད་གིས་སོ། སྒྲིང་དག་ཏུ་བྲིལ་ན། བྲིས་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་སྒྲི་  
མ་སྒྲོན་དུ་སོང་སྟེ། རིགས་པ་ཡིན་པའི་བྲིར། དཔེར་ན་ད་ལྟའི་རིག་པ་བཞིན། ཞེས་བྲ་སྟེ། སྒྲོབ་  
དཔོན་དཔའ་བོས། སྒྲ་མའི་སྒྲོ་ལས་བྲི་མའི་སྒྲོ་བྲུབ་ན། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་པར་དེ་ལས་  
མངོན། མངལ་ན་འདུག་པའི་སྒྲོན་རོལ་སྒྲོ་དེ་ནི། དེ་མ་ཐག་པའི་ཆེ་རབས་སྒྲ་མའི་སྒྲོ། ཞེས་  
དང་། སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་གྱིས། མངལ་གནས་སྒྲོན་རོལ་སྒྲོ་ལ་ནི། མདུན་རོལ་ཁོ་ནར་  
འགགས་སྒྲོ་ཡོད། ཤེས་བྲ་གཞན་གྱིས་དེ་གཞན་བྲིར། ཡང་ན་སྒྲོ་བྲིར་དེ་འོག་བཞིན། ཞེས་  
སོ། གཉིས་པ་གོམས་པ་སྒྲོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། ནམ་འགྲེལ་ལས། གོམས་པས་འདོད་  
ཆགས་སོགས་གསལ་བར། མཐོང་བྲིར་འདོད་རྒྱལ་ཉིད་མིན་ཏེ། རྒྱ་མེད་སྐྱེ་བ་འགལ་བྲིར་  
རོ། ཞེས་ད་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཆགས་སྒྲུང་སོགས་གོམས་པའི་རྗེས་སུ་བྲེད་པར་  
གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་བྲིས་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་གོམས་པ་སྒྲ་མ་  
སྒྲོན་དུ་སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་བྲིར། དཔེར་ན་ད་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཆགས་སྒྲུང་འདི་  
བཞིན་ནོ། ཞེས་པའི་སྒྲིང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེ་སྒྲ་མ་ཡོད་པར་དཔོག་རུས་སོ། དེས་མཆོན་ནས་  
བཅས་མ་ཐག་པའི་བྲིས་པས་རྒྱ་ཞོ་འཐུང་ཤེས་པ་སོགས་ཆེ་འདིར་གསར་དུ་བསྐྱབ་མི་དགོས་  
པར་རང་གི་རང་གིས་ཤེས་པའི་རིགས་མཐའ་དག་ཆེ་རབས་སྒྲ་མའི་གོམས་བྲུགས་ཡིན་ཏེ།  
སྒྲོབ་དཔོན་དཔའ་བོས། སྒྲོ་ཡི་མཐུ་སྒྲོབས་གསལ་བ་མེད་པ་དང་། དབང་པོ་ནམས་ཀྱང་སྒྲུན་  
པོའི་རང་བཞིན་ཅན། བཅས་མ་ཐག་ཏུ་སྐྱས་ཀྱང་མ་བསྐྱན་པར། ཁ་ཟས་ཟ་བར་རྩོལ་བ་  
བྲེད་པ་དང་། རྒྱ་ཞོ་འཐུང་བར་རྩོལ་བ་བྲེད་པ་ཡང་། དེ་དག་ཆེ་རབས་གཞན་ལས་གོམས་  
པའི་མཐུས། ཞེས་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་གྱིས། བེལ་ཡང་སྒྲོན་ཆད་གོམས་བྲུས་  
པས། བྱང་མ་ཐག་ཏུ་ཟས་འཆོལ་བྲེད། ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྐྱོད་པའི་བྲིར། དཔེར་ན་དབང་པོ་  
སྒྲོན་པ་བཞིན། ཞེས་སོ། མདོར་ན་བདག་ལྟ་བུའི་སོ་སྐྱེས་ཐ་མལ་པ་ནམས་ལ་དད་སོགས་

དགེ་བའི་བསམ་པ་ནི་རྩ་ལྷན་འབད་ཀྱང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། བརྒྱ་ལ་ལན་དེ་ཙམ་སྐྱེས་ཀྱང་ལུགས་  
ཞན་ཅིང་རྒྱན་ཡང་མི་བརྟན་ལ། ཆགས་སོགས་མི་དགེ་བའི་བསམ་པ་ནི་བཀག་ཀྱང་མ་ཁེགས་  
བར་རམ་རམ་ལུགས་ཀྱིས་སྐྱེ་ཞིང་། སྐྱེས་པ་དེ་ཡང་ཡུན་རིང་ལ་ལུགས་འག་པོ་སྐྱེ་སྟེ། འདིས་  
ཀྱང་ཆེ་རབས་སྔ་མ་རྣམས་སུ་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་ལ་གོམས་པ་སྟག་པར་ཆེ་བ་དང་།  
ཅིག་པོས་ལ་གོམས་འདིས་མེད་བར་ཆེས་གསལ་བར་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་ཉིང་ལེན་སྟོན་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་ཤེས་མིན་པ་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི། ཉིང་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་འབྲུག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉ། དཔེར་ན་ནས་  
 ཀྱི་སྤྱ་གྲུའི་ཉིང་ལེན་ལ་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ཞིག་དགོས་པ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་ལ་རྣམ་ཤེས་  
 ཀྱི་རྒྱན་སྤྱ་མ་ཞིག་དེས་པར་དགོས་པས་ཆེ་འདྲིའི་ཐོག་མའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་ལ་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་སྤྱ་མ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེ་ཡོད་ན་སྤྱེ་བ་སྤྱ་མ་ཡོད་དགོས་པ་སྟེ། རྒྱ་མཆོན་སྤར་  
 བ་ཞིན་ནོ། དེས་ན་ཆེ་འདྲིའི་ཐོག་མའི་རྣམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་གི་ཉིང་ལེན་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་  
 ཤེས་སྤྱ་མ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་དེ་རིང་གི་རྣམ་ཤེས་བཞིན།  
 ཞེས་པའི་གཏན་ཆོག་ས་འདིས་ཀྱང་ཆེ་སྤྱ་མ་ཡོད་པར་འབྲུག་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོས།  
 དེ་ཕྱིར་ཐོག་མའི་རྣམ་ཤེས་ནི། རང་གི་ཉིང་ལེན་སྟོབ་ས་ལས་བྱུང་། རྣམ་ཤེས་ཉིད་སོགས་  
 གཏན་ཆོག་ས་ཀྱིས། ད་ལྟར་བ་ཡི་རྣམ་ཤེས་བཞིན། ཞེས་སོ།

བཞི་པ་མྱོང་བ་སྟོན་སྟངས་གསུང་བ་ནི། མྱོང་དཔོན་དབང་པོས། བསམ་གཏན་  
གོམས་ཁྱེད་ཅན་པ་གསལ་བ་ཡིས། ། ཆེ་རབས་སྔ་མ་ཅན་བའང་དེ་ན་ཡོད། ། འཛིག་རྟེན་པ་  
རྩལ་དེ་ལས་རྗེས་སྟུ་དཔོག་ ། ར་བདག་ལས་ཀྱང་མངོན་པར་མི་འགྱུར་རམ། ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཆེ་རབས་སྔ་མ་ཅན་པ་ནི་ཡོད་ལ། གང་ཡང་མྱོང་བ་སྟོན་ཏུ་མ་སྟངས་བར་ཏུ་སྐྱེས་ཅན་  
པ་ནི་མི་སྟོད་པས། དེས་ཀྱང་ཆེ་རབས་སྔ་མ་ཡོད་པར་དཔོག་ཀྱས་སོ། ། མྱོང་རག་ཏུ་འོས་ན།

ཆེ་རབས་སྒྲ་མ་དྲན་པའི་ལྟས་སྒྲིན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་ཆེ་སྒྲ་མ་སྤྱོད་བ་སྤྱོད་དུ་སོང་སྟེ། ཁྱོད་  
ཀྱིས་དུས་ཁྱིམ་སུ་དེ་གསལ་བར་དྲན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་སྤྱོད་པའི་བྱེད་རྒྱུས་ཀྱི་རྩོད་ཤིན་ཏུ་  
གསལ་བར་དྲན་པ་བཞིན་ནོ།།

ལྷ་པ་ཤེས་བྱ་སྤྱོད་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། ཤེས་བྱ་མེད་པའི་ཤེས་པ་མི་སྤྱོད་པས་ཆེ་  
འདིའི་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་དང་སོ་ལའང་ཤེས་བྱ་ནི་ཡོད་དགོས་ལ། དེ་ཆེ་སྒྲ་མའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱིས་བསྐྱས་པར་འོས་མེད་ཀྱི་རིགས་པས་བྱུང་བ་སྟེ། སྤྱོད་དཔོན་དཔའ་བོས། སྤྱོད་ཤེས་བྱ་  
རྟོགས་པ་ཡིན་པར་གསུངས།། དེས་ན་མངལ་གནས་སྤྱོད་རོལ་སྒོ་ཡུལ་ཡོད།། དེ་འདི་མ་ཡིན་  
མིག་ལ་སོགས་མེད་ཕྱིར།། བོད་གི་ཡིན་ཏེ་འཛིག་རྟེན་སྒྲ་མར་བྱུང།། ཅས་དང་། དབུ་མ་སྟོང་  
བོར། ཤེས་བྱ་གཞན་ཀྱིས་དེ་གཞན་ཕྱིར།། ཞེས་སོ།། མཐའ་གཞན་རྗེ་ལྷ་ར་འགོག་པའི་རིགས་  
པ་ནི། དེ་འདི་མ་ཡིན་མིག་ལ་སོགས་མེད་ཕྱིར།། ཞེས་པས་བསྟན་སྟེ། སྤྱོད་པས་ཆོག་གོ།

མདོར་བསྐྱས་ན། མངལ་དུ་ཞུགས་མ་ཐག་པའི་ཤེས་པ་དེའི་ཤེས་བྱ་ནི་ཆེ་སྒྲ་མའི་  
གནས་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱས་པར་རིགས་པས་བྱུང་ལ། དེ་ལྟར་ན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེ་སྒྲ་མར་  
ཡོད་པར་བྱུང་ཅེས་པའོ།། ད་དུང་སྤྱོད་བ་སྤྱོད་སོང་གིས་བསྐྱབ་པ་ཞེས་གྲང་སྒྲར་བྱུང་ངོ་།།

གཉིས་པ་ཆེ་བྱི་མ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ནི། རི་སྐྱད་བཤད་པའི་རིགས་པ་ལྷ་  
སོ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་སྒྲ་མ་ཡོད་པར་གསལ་བར་བྱུང་ཅིང་། དེ་བྱུང་བ་ན་ཆེ་བྱི་མ་ཡོད་  
པ་ཡང་དོན་ཀྱིས་བྱུང་བ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། ལྷ་མའི་གང་ཟག་འདིར་འོངས་ལ། འདིའི་གང་ཟག་  
བྱི་མར་མི་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་དུ་མེད་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། དེ་ལྟར་ཡང་ཆོད་མ་རྣམ་  
འབྲེལ་ལས། མཚམས་སྦྱར་བར། ལུས་ལྡན་མཐོང་བ་གང་དེ་ལ། ཅི་ཞིག་ཡོད་ལྟར་གང་མེད་  
བ།། གང་གིས་བྱི་ནས་མཚམས་སྦྱར་མེད།། ཅས་སྒྲ་མའི་གང་ཟག་ཆེ་འདིའི་ཉིང་མཚམས་  
སྦྱར་བའི་རྒྱ་རྟེན་གང་ཡིན་ཆེ་འདིའི་གང་ཟག་འཆི་ཁ་མ་ལའང་ཆོད་པར་ཡོད་པས། ཅིའི་ཕྱིར་

དེ་ཕྱི་མར་ཉིང་མཆམས་མི་སྦྲར་ཏེ་སྦྲར་རིགས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། དེས་ན་ཆེ་འདིའི་  
རྣམ་ཤེས་ཐ་མ་ཆོས་ཅན། རྣམ་ཤེས་ཕྱི་མར་མཆམས་སྦྲར་ཏེ། ཆགས་བཅས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཆེ་སྤྱི་མའི་རྣམ་ཤེས་ཐ་མ་བཞིན། ཞེས་བྱ་སྟེ། སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོས།  
འཆི་ཁའི་སྐད་ཅིག་རྣམ་ཤེས་ནི། རང་གི་ཉིང་སྒྲིང་སྒྱུད་ཀྱས་ཏེ། ཆགས་པ་བྱས་པའི་འབྲེལ་  
བ་ཉིད། སྟོན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན། ཞེས་སོ། དེ་ལྟར་ཆེ་སྤྱི་ཡོད་པར་ཤེས་མི་  
ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡོན་ནི། གལ་ཏེ་ཆེ་སྤྱི་ཡོད་པར་རིགས་ལམ་ནས་ཤེས་ན་ཕྱི་མར་ངན་སོང་  
དུ་སྦྱང་གིས་དོགས་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ལས་འབྲས་སྒྲང་དོར་བྱེད་པ་  
ཞིག་འོང་ལ་གཞན་དུ་ཕྱི་མའི་དོན་གཉེར་ཅམ་ཡང་མི་སྦྱེན་ཕྱི་མར་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་ཐབས་གལ་  
བྱེད། དེ་མི་བྱེད་ན་ཕྱི་མར་བདེ་འགྲོ་གལ་ཐོབ་སྟེ་མི་ཐོབ་པས། གནས་སྐབས་མངོན་མཐོའི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་དང་མི་ཐོབ་ནི་ཆེ་སྤྱི་ཡོད་པར་ཤེས་དང་མི་ཤེས་ལ་རག་ལས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་མཐའ་མེད་པར་ཤེས་ནས་ཐར་པ་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་སྦྱེ་བ་  
དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དྲིན་ཅན་གྱི་པ་མར་ཤེས་ཏེ་དེ་དག་གི་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་ཐོབ་  
འདོད་སྦྱེ་བ་སོགས་ཀྱང་ཆེ་སྤྱི་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ལ་རག་ལས་པས། དེས་ལེགས་ཐར་པ་  
དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་དང་མི་ཐོབ་ཀྱང་ཆེ་སྤྱི་ཡོད་པར་ཤེས་དང་མི་ཤེས་  
ལ་རག་ལས་བ་ཉིད་དོ། དེས་ན་ཆེ་སྤྱི་སྦྱབ་པའི་རིགས་ལམ་སྟོ་ཁ་ཅམ་ཡང་མ་ཕྱོགས་པར་  
མཁས་པ་དང་གྲུབ་པར་རྫོམ་པ་ནི་ཀྱང་གྱི་ཉུང་གྱི་གནས་ཡིན་ནོ།

འོ་ན་རིགས་པ་དེ་རྣམས་འབྲས་རང་སོགས་གང་ཞེ་ན། ཆེ་སྤྱི་མ་སྦྱབ་པའི་རིགས་པ་  
རྣམས་ནི་འབྲས་ཉུགས་དང་། ཕྱི་མ་སྦྱབ་པའི་རིགས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཉུགས་ཏེ། མཁས་པ་  
ཆེན་པོ་ཀུ་མ་ལ་ཤྱི་ལའི་དགོངས་པའོ།

གཉིས་པ་ཆེ་སྤྱི་མེད་པར་དགག་པ་ནི། རྒྱང་པན་དང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་གཉོགས་པ་

འགའ་ཞིག་ན་རེ། ཆེ་སྲ་བྱི་ཡོད་པར་མི་འཐད་དེ། ལུས་སེམས་གཉིས་ལས་ལུས་བྱི་མར་མི་  
འགྲོ་ཞིང་སེམས་ཀྱང་ལུས་ལ་བརྟེན་ཏེ་གནས་པས་ལུས་ཞིག་ནས་རྒྱུ་ཆད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་  
ཡང་ཞིག་ནས་རྒྱུ་ཆད་པའི་བྱིར་ཅེ་ན། མ་གྲུབ་སྟེ། གློ་ལུས་ལ་བརྟེན་ན་བརྟེན་ཚུལ་གསུམ་  
ལས་མི་འདའ་ཞིང་། གསུམ་ཐོ་གང་ལྟར་ཡང་མི་འཐད་པའི་བྱིར། དེ་རི་ལྟར་མི་འཐད་ཅེ་ན། དེ་  
ལ་དང་པོ་སློན་མེ་ལ་སློན་འོད་ལྟར་འབྲས་བྱའི་ཚུལ་དུ་བརྟེན་ན་སློན་འོད་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སློན་  
མེའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་སེམས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་ཁས་ལེན་  
དགོས་པས་མི་འཐད། གཉིས་པ་མེ་ལ་ཆ་བ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བརྟེན་ན་ཆ་བ་མེ་དང་  
འབྲལ་མི་རུང་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར་སེམས་ཀྱང་ལུས་དང་འབྲལ་མི་རུང་གི་བདག་ཉིད་དུ་  
ཁས་ལེན་དགོས་ཤིང་། དེའི་ཆེ་ཉི་བའི་ལུས་ལ་འང་སེམས་མི་ལྡོག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་  
མི་འཐད། གསུམ་པ་ཅིག་པ་ལ་རི་མོ་ལྟར་ཡོན་ཏན་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བརྟེན་ན་རི་ལྟར་ཅིག་པ་མཐོང་  
བ་ན་རི་མོ་ཡང་མཐོང་བ་དེ་ལྟར་ལུས་མཐོང་བ་ན་སེམས་ཀྱང་མཐོང་བར་ཁས་ལེན་དགོས་  
པས་མི་འཐད་དོ། ། འདི་དག་ནི་རྩང་ཟད་གོ་བདེ་བར་བསྐྱས་པ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ནམ་འབྲེལ་  
སོགས་སུ་གསུངས་པས་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། དེ་མི་ཤེས་ན་ཆེ་སྲ་བྱི་མེད་པའི་ལོག་རྟོག་  
ལྷག་མ་མེད་པར་མི་ལྡོག་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ལུས་ལྡོག་པས་ནི་སེམས་ལྡོག་པའི་དོན་མེད། ལྡོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཞན་ཡང་  
མེད་པས་ནམ་མཁའ་རི་མིན་དུ་རྒྱུན་འབྱུང་དེ་འཇུག་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། ། དེའི་བྱིར་ཆེ་འདིར་  
གནས་ལུན་རི་ལྟར་རིང་ཡང་ལོ་གངས་བཅུ་ལྷག་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་ལ། བྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་ཤུལ་  
ལམ་ལ་ནི་རྫོགས་དུས་མེད་པ་དེ་ལྟར་ལགས་པས། ཆེ་འདི་གློས་བཏང་ནས་བྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་  
དོན་ལ་འབད་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལས་འབྲས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཤེས་མི་ཤེས་ཀྱི་སློན་ཡོན་དང་། ལས་

འབྲས་ཉིད་བཤད་པ་ལོ། དང་པོ་ནི་དགོ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་འབྱུང་བར་ཤེས་ན་དགོ་བ་  
 ངང་གིས་སྐྱབ་ཅིང་སྒྲིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱག་བསྐུལ་འབྱུང་བར་ཤེས་ན་དེ་ལས་ངང་གིས་  
 ལྷོག་བ་ཞིག་འོང་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་འདོད་པའི་བདེ་བ་སྐྱུན་གྲུབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་མི་འདོད་  
 པའི་སྐྱག་བསྐུལ་རང་ཤུགས་སུ་འགགས་བ་ཞིག་འོང་གི། གཞན་དུ་བདེ་བས་ཤོངས་ཤིང་སྐྱག་  
 བསྐུལ་གྱིས་མནར་བ་ལས་འོས་མེད་པས། ལས་འབྲས་ཤེས་མི་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེན་ཡོན་ནི་དེ་ལྟར་  
 རོ། གཞན་ཡང་གཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་གཏོང་བའི་པན་ཡོན་ཤེས་ན་གཅེས་ནོར་ཅི་འབྲ་  
 ཞིག་ཡིན་ཡང་དགའ་བཞིན་སྟོོ་བཞིན་གཏོང་བྱས་བ་ཞིག་འོང་ལ། གཞན་དུ་གང་ཡང་གཏོང་མི་  
 བྱས་པས། སྐྱེན་པའི་ཉམས་ལེན་ཆད་ལྡན་འོང་དང་མི་འོང་ཡང་ལས་འབྲས་ཤེས་མི་ཤེས་ལ་  
 ལྟོས་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་གཞན་ལའང་དེ་བཞིན་ནོ། དེ་ལ་དགོངས་  
 ནས་དགོ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ལ་  
 ལྟོས་པར་གསུངས་ཏེ། སྟོན་འཕུག་ལས། དགོ་བའི་ཕྱོགས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྩ་བ་མོས་པར་  
 ཐུབ་པས་གསུངས། དེ་ཡི་རྩ་བ་རྟག་ཏུ་ནི། རྣམ་སྤྲིན་འབྲས་བུ་བསྐྱེམས་པས་སོ། ཞེས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། ལས་ངས་པ་དང་། ལས་འཕེལ་ཆེ་བ་དང་། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་སྤང་  
 པ་དང་། ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བ་བའི་ཚུལ་བཞི་གསུངས་ལ། དེ་ཡང་ས་བོན་གང་བཟབ་པ་ལས་  
 དེའི་སྤྱ་གྲ་སྤྱེ་ཡི། གཞན་མི་སྤྱེ་བ་ལྟར། རྒྱ་དགེ་སྤྱིག་གང་བྱས་པ་ལས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་སྤྱག་མ་  
 འཆོལ་བར་འབྱུང་སྟེ། འདི་ནི་ལས་ངས་པའི་དོན་ནོ།། ས་བོན་ཅུང་དུ་ལས་ཀྱང་ལོ་ཉྟག་མང་  
 བོ་འབྱུང་བ་ལྟར། རྒྱ་དགེ་སྤྱིག་ཚུང་དུ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་བ་དེ་སྤྱག་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་སྟེ། འདི་  
 ནི་ལས་འབྲས་འཕེལ་ཆེ་བའི་དོན་ནོ།། ས་བོན་མ་བཟབ་ན་སྤྱ་གྲ་མི་འབྱུང་བ་ལྟར། དགེ་སྤྱིག་  
 གི་ལས་མ་བྱས་ན་བ་དེ་སྤྱག་གི་འབྲས་བྱ་མི་འབྱུང་བ་ནི་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་སྤང་བའི་དོན་  
 ནོ།། ས་བོན་བཟབ་ནས་འགལ་རྒྱུན་དང་མ་སྤང་ན་སྤྱ་གཞོན་མི་བ་བར་འབྱུང་བ་ལྟར། དགེ་



སྤྲིག་གི་ལས་བྱས་ནས་འགལ་རྒྱུ་གྱིས་མ་བཅོམ་ན་བདེ་སྤྲུག་གི་འབྲས་བུ་གཏོན་མི་ཟ་བར་  
 འབྱུང་བ་ནི་ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་ཟ་བའི་དོན་ཡིན་ནོ།། དེ་ལྟར་ན་ལས་ངེས་པའི་ཚུལ་བསམས་  
 རས་སྦྱར་བདེ་བ་འདོད་ན་དགེ་བ་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་། བྱད་པར་ལོངས་སྤྱོད་འདོད་ན་སྦྱོར་བ་  
 ལ་འབད་དགོས་པ་སོགས་ཏེ། དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་གཞན་དང་གཞན་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་  
 རྒྱ་ཆེར་སྦྱར་ལ། ཡང་སྤྲུག་བསྐྱལ་མི་འདོད་ན་སྤྲིག་པ་སྤང་དགོས་ཤིང་། བྱད་པར་དབྱལ་པོ་  
 མི་འདོད་ན་སེར་སྒྲ་སྤང་དགོས་པ་སོགས་ཏེ། རྒྱ་པོའི་ལས་འབྲས་གཞན་དང་གཞན་ལའང་  
 རྒྱ་ཆེར་སྦྱར་རོ།། དེ་བཞིན་དུ་ལས་འཕེལ་ཆེ་བའི་ཚུལ་བསམས་ནས་དགེ་སྤྲིག་གི་ལས་ཚུང་  
 དུ་ལའང་འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་བ་སྟེ། སྤྱོད་འབྲུག་ལས། མི་དགེ་བ་ལས་སྤྲུག་བསྐྱལ་  
 འབྱུང་།། དེ་ལས་རི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས། ཉིན་མཆོད་ཀྱིན་དུ་བདག་གིས་ནི། འདི་ཉིད་འབལ་  
 ཞིག་བསམ་པའི་རིགས།། ཞེས་གསུངས་པས་སོ།། དགེ་བ་ལས་ནི་བདེ་བ་འབྱུང་།། ཞེས་  
 སོགས་དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་ལའང་སྦྱར་ནས་བསམ་པར་བྱའོ།། ད་དུང་ལས་ཀྱི་ཚུལ་བཞི་པོ་  
 དེ་དག་གཞལ་བྱའི་གནས་གསུམ་གང་དུ་འདུ་བ་སོགས་རྒྱ་ཆེར་དབྱེད་དགོས་མོད་ཀྱང་གཞན་  
 དུ་བྲིས་ཟེན་པས་འདིར་མ་བཏོད་དོ།།

གཉིས་པ་བདེན་བཞི་དངོས་བཤད་པ་ནི། གང་སྤྱི་ཡང་རུང་སྟེ་བདེན་བཞི་མི་ཤེས་  
 ན་འཁོར་བ་འབྲུག་ཐྲོག་གི་རིམ་པ་མི་ཤེས་པས་འཁོར་བར་ཡུན་རིང་དང་། གཉིང་རིང་ཟབ་  
 ཏུ་གནས་པ་ལས་འོས་མེད་པས། ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བྱིན་ཆད་བདེན་བཞིའི་ནམ་གཞག་  
 ཅིས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་སོ།། དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་པོ་བསྐྱོར་བའི་ཆེ་འདི་ནི་སྤྲུག་བསྐྱལ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ།། ཞེས་  
 སོགས་བདེན་བཞི་ལན་གསུམ་ནམ་གངས་བཅུ་གཉིས་སུ་བཞུགས་ཏེ་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་  
 ནོ།། ཅིའི་ཕྱིར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། བྱང་པོ་སྤྲུག་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པར་འཕགས་

པས་གཟིགས་པ་ལྟར་བདེན་གྱི། སོ་སྤྲེས་བདེ་བར་མཐོང་བ་ལྟར་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངེ་ལྟར་  
བསྟན་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས། བདེན་པ་བྱི་མ་གསུམ་ལའང་ངེ་ལྟར་རིགས་པར་སྦྱར་རོ།།

སྤྱག་བསྐལ་ཤེས་བྱ་དང་། ཀུན་འབྱུང་སྤང་བྱར་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ངེ་  
ལྟར་ཡིན་པ་ནི་རྒྱད་ལྔ་མ་ལས། བདེན་ཤེས་བྱ་བདེན་གྱི་རྒྱ་ནི་སྤང་བྱ་ལ། བདེར་གནས་ཐོབ་བྱ་  
སྤན་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ལྟར། སྤྱག་བསྐལ་རྒྱ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ལས། ཤེས་བྱ་  
སྤང་བྱ་རིག་པར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་པར་བྱ། ཞེས་ངེ་སྤྲད་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།། དེ་ཡང་མི་འགའ་  
ཞིག་ནད་ཀྱིས་ཟིན་ནས་ཡོད་ཀྱང་དེ་མི་ཤེས་ན་ནད་ཀྱི་རྒྱ་མི་སྤོང་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་ཆགས་  
པས། བདེན་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གནས་ཡིན་ལ། བདེན་གྱི་རྒྱ་མ་སྤངས་ན་ནད་མི་སྤྲོག་པས་དེའི་  
རྒྱ་ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་། བདེན་དང་བྲལ་བའི་བདེ་བ་ནི་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་གནས་ཡིན་ལ།  
འོན་ཏེ་སྤན་མ་བསྟེན་ན་བདེ་བ་དེ་མི་ཐོབ་པས། སྤན་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།། དེ་བས་ན་  
ཐོག་མར་སྤྱག་བསྐལ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ལ། ཤེས་པར་བྱ་རྒྱའི་སྤྱག་བསྐལ་ཡང་གཙོ་བོར་  
འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐལ་ལ་དགོངས་  
ནས། སྤྱག་བསྐལ་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན། ཞེས་སོ། ཤེས་པར་བྱེད་ཚུལ་ནི། མི་རྟག་  
པའི་སྒྲོན་ཏེ། མདོ་ལས། མི་རྟག་པའི་བྱིར་སྤྱག་བསྐལ་བའོ། ཞེས་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
དེ་བྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྱག་བསྐལ། སྤྱག་བསྐལ་ལས་ནི་བདག་མེད་གསུངས། ཞེས་སྤྱག་  
བདེན་གྱི་བྱེད་ཆོས་བཞི་པོ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ལས་བྱི་མ་བྱི་མ་དཔོག་དགོས་པར་གསུངས་པའི་བྱིར་  
རོ། གལ་ཏེ་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐལ་དུ་དཔོག་པར་མི་རིགས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆན་དཔེ་  
སོགས་མང་པོ་ཞིག་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཀྱང་སྤྱག་བསྐལ་མིན་པའི་བྱིར་སྤྲུམ་ན། དོགས་པ་འདི་  
སེལ་མི་མཐུན་པའི་དབང་གིས་མདོ་ལས། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་པའོ། ཞེས་བྱས་  
པའི་རྟགས་ཀྱིས་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལྟར་མི་རྟག་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐལ་དུ་བསྐྱབ་

དགོས་པར་གསུངས་པའི་གནས་ཟབ་མོ་འདི་ལ་མཁས་པར་གྲགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཕྱོགས་  
བསྐྱད་པའི་མགོན་པོ་བཞིན་དུ་གྱར་སྐྱད་བས། ཅུང་ཟད་སློས་ཏེ་བཤད་པར་བྱའོ།།

དེ་ཡང་སྤྱག་བདེན་གྱི་བྱང་ཆོས་བཞིའི་ནང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཡིད་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་གནས་ལ་གསུངས་པས་ཆོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅུ་མ་མེན་ལ། དེ་ལྟར་ན་  
ལས་ཉོན་གྱིས་འདུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གནས་པ་ལ་རང་དབང་མེད་པར་འཛིག་ཅིང་། ཡང་ལས་ཉོན་  
གྱི་གཞན་དབང་དུ་འཛིག་པའི་ཕྱིར་སློབ་བར་བྱ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ།། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱས་པས་  
མི་རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་དཔོག་པའི་ཚུལ་ཏེ། སངས་རྒྱུ་གྱི་གསུང་གི་  
དགོངས་པ་མ་མེད་པའོ།། དེ་ལྟར་ཡང་བཞི་བརྒྱ་བ་ལས། མི་རྟག་པ་ལ་ངེས་པར་གཞོད།། གང་  
ལ་གཞོད་ཡོད་དེ་བདེ་མིན།། དེ་ཕྱིར་མི་རྟག་གང་ཡིན་ཀྱན།། སྤྱག་བསྐྱེད་ཞེས་བྱར་འགྱུར་བ་  
ཡིན།། ཞེས་སོ།།

འོ་ན་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལེགས་ལྡན་གྱིས། མི་རྟག་ཕྱིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ན། ལས་  
ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་དུ་འགྱུར།། ཞེས་འདི་ལ་ཆེད་ཀྱིས་དགག་པ་མཛད་པ་ཅི་ཞེ་ན།། དེ་ནི་  
ཉན་ཐོས་སྡེ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་འགོག་པའི་སྐབས་ཤིག་དུ་གསུངས་ཏེ། ལྷུ་པོའི་གསུང་ཡིན་  
ནོ།། འདུས་བྱས་ཀྱི་མཐའ་བཞིར་བཀའ་སྩལ་པ་ཡང་མི་རྟག་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་སྟོན་པའི་གསུང་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སྐྱེ་མཐར་འཆི་བར་མཆོན་ན། ད་ལྟའི་གསོན་པའི་གནས་སྐབས་ནི་རིང་པོར་  
མི་ཐོགས་པར་འཆི་བས་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་བྱ་བར་འཆི་དུས་པན་པའི་ལྷ་ཆོས་  
ལ་འབྱུངས་ཤིག་ཅེས་དོན་གྱིས་གདམས་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟ་མཛད་བཤེས་དང་  
ལྟན་ཅིག་འདུ་བ་ཡང་མཐར་འབྲལ་མི་པོད་བཞིན་དུ་འབྲལ་དགོས་པའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་དགའ་བར་བྱ་བའི་གནས་མིན་ནོ་ཞེས་གདམས་ཏེ། འབྱོར་པའི་ཐ་མར་རྒྱད་པ་སོགས་  
ལའང་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།། འོ་ན་ཀྱང་འདི་དག་ནི་རྒྱན་མི་བརྟན་པའི་སློན་པས་སྤྱག་

བསྐྱེད་ཀྱི་ཉམས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ། སྐད་ཅིག་མི་རྟག་པར་བསམས་ན་དེ་བས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
འཆར་ཆབས་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན་ཉེས་ཅན་འགའ་ཞིག་མཐར་གསོད་པར་ཤེས་ན་ཡིད་སྦྱོར་ལ། ད་  
གཤོད་གསོད་སར་དངོས་སུ་བྲིད་པ་ན་གོམ་པ་རེ་རེས་ཀྱང་གནས་པའི་རྒྱན་ཟད་ནས་འཆི་བ་  
ལ་རྗེ་ཉེར་གཏུགས་པའི་ཚུལ་བསམས་ན་སྤྲོ་མ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྦྱོར་བར་འབྱུང་རོ། དེ་ལྟར་འོང་  
བའི་རྒྱན་གང་གིས་བྱས་སམ་སྟུམ་ན། སྦྱོར་གས་སྤྲོ་མ་ནི་རགས་པའི་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་  
རགས་པ་མཆོན་པས་བྱས་ལ། ཅིག་ཤོས་ནི་སྤྲོ་བའི་མི་རྟག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྲོ་མ་ཆོན་པས་  
བྱས་པ་ཡིན་ནོ། དོན་བསྐྱེད་ན་ཡུལ་གང་ལ་ཉེ་བར་ཆགས་པ་ནི་ཡུལ་དེ་རྟག་པར་བཟུང་བའི་  
དབང་གིས་ཡིན་པས། གང་ལ་ཆགས་པ་སྦྱོང་བར་འདོད་ན་དེ་མི་རྟག་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་དགོས་  
པ་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་མིད་པ་འཁོར་བས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱོད་སྐྱེམ་ཆོག་པས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་  
རྟག་པས་སྦྱོར་བའི་ཆོས་ཅན་ལོ་སྟུམ་དུ་ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཆགས་པ་འགོག་པའི་ཐབས་ཀྱི་  
གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་འདང་ཆད་མས་བྱངས་པའི་རེས་པ་མ་རྟོག་པར་དམ་བཅའ་ཙམ་ཡིད་  
ལ་བྱེད་པས་ནི་ཆགས་པ་འགོག་མི་རུས་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
མི་རྟག་པ་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཆད་རིམ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྟུམ་བྱིན་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན་དེ་ཤི་  
བའི་འོག་ཏུ་མི་སྦྱོད་པ་གནག་རིམ་ཀྱང་མངོན་སྟུམ་གྱིས་རེས་རུས་པས་ཤིན་ཏུ་རགས་ལ། དེ་  
ལས་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཀྱི་སྟུམ་བྱིན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྦྱོད་པ་སྤྲོ་བའི་དུས་  
ཀྱང་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཉིད་ནས་འདིག་པ་སྤྲོ་བས། མཐར་ཐུག་གི་མི་རྟག་སྤྲོ་མ་རྟོགས་  
པ་ལ་འདི་རེས་པར་དུ་རྟོགས་དགོས་སོ། དེས་ན་ཐུང་མཐའི་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཀྱི་སྟུམ་  
བྱིན་དེའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྦྱོད་པ་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་མི་རྟག་སྤྲོ་མ་རྟོགས་ཚུལ་  
མ་རྟོགས་ན་བྱུང་དུས་གཉིས་པར་མི་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་དེའི་རྟོགས་ཚུལ་གཤམ་རྟོགས་ཏེ་མི་  
རྟོགས་མོད། འོན་ཏེ་དུས་བྱིས་སུ་པལ་ཆར་གྱིས་དེའི་རྟོགས་ཆད་དུ་སྦྱོར་བར་སྤང་བས་དབྱེད་

དགོས་སོ།། འོ་ན་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཉིད་ནས་འཛིག་པར་གང་ལས་ཤེས་ཤེ་ན། འདི་ལ་  
ལུང་རིགས་གཉིས་ལས། ལུང་ནི་འཕགས་པ་ནམ་མཁའ་མདོག་གིས་འདུལ་བའི་མདོ་ལས།  
སྐད་ཅིག་མ་གང་ལ་སྐྱེས་པ་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ཉིད་ལ་འཛིག་སྟེ། སྐད་ཅིག་མའི་རྒྱུ་ལ་གནས་པ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་དང་། སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་ལ་སྐྱེས་ནས་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ཉིད་ལ་འཛིག་  
གོ། ཞེས་ཏེ། གཞན་ཡང་མང་ངོ་།། རིགས་པ་ལའང་གཉིས་ལས། དང་པོ་གཞོད་བྱེད་ནི་སྐད་  
ཅིག་དང་པོའི་དུས་ཉིད་ནས་མི་འཛིག་ན་དུས་དེར་རྟག་པར་ཐལ་བས། འདུས་བྱས་རྟག་པའི་  
སྐབས་མེད་པ་དང་འགལ་ལོ།། དུས་གང་དུ་མི་འཛིག་ན་དུས་དེ་ཉིད་དུ་རྟག་པར་གནས་དགོས་  
པ་ནི་རྣམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། གང་གི་རང་བཞིན་འཛིག་མེད་པ།། དེ་ལ་མཁས་  
རྣམས་རྟག་ཅེས་བརྗོད།། ཅེས་སོ།།

སྐབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ནི། ལྷས་བྱིན་ཆོས་ཅན། རང་བྱུང་པའི་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་  
དེ་ཉིད་དུ་འཛིག་སྟེ། དུས་དེ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་འདི་སྟེ་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
པ་དང་དོན་འབྲེལ། དེ་སྐད་དུ་ཡང་མདོ་ལས། གང་ཅུང་ཟད་སྐྱེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཐམས་  
ཅད་ནི་འགག་པའི་ཆོས་ཅན་ནོ།། ཞེས་སོ།།

དེས་ན་བྱས་མི་རྟག་གཉིས་པོ་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་གང་ལ་ལྟོས་ཀྱང་བྱུང་བའི་རྣམས་  
གཅིག་ཡིན་པར་སྤྲོ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་འཛིག་གཉིས་པོ་དེ་ལྟར་མིན་པར་སྤྲོ་བ་ནི་མ་གོ་བ་ཆེན་པོ་འོ།།

བདེན་བཞིའི་བྱེད་ཆོས་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་ནི། སྤྱག་བསྐལ་རྟག་འཛིན་སོགས་  
ལོག་ཞུགས་བཅུ་དྲུག་གི་གཉེན་པོར་གཞག་པ་སྟེ་གཞག་ཆེ་ལ། དེའི་ནང་ནས་སྤྱག་བདེན་གྱི་  
བྱེད་ཆོས་བཞི་ནི་གཙང་བདེ་རྟག་བདག་དུ་བཟུང་བའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞིའི་གཉེན་པོར་གཞག་  
པ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པའི་གཉེན་པོར་མི་རྟག་པ། གཙང་བ་དང་བདེ་བའི་གཉེན་པོར་སྤྱག་བསྐལ་བ།  
བདག་གི་གཉེན་པོར་སྤྲོ་བདག་མེད་གཉིས་གཞག་པ་ཡིན་ནོ།། དེས་ན་སྐབས་འདིའི་ལོག་

ཞུགས་བཞི་དང་། བྱད་ཆོས་བཞི་པོ་སྤང་གཉིན་དུ་གོ་རིམ་དུ་སྦྱར་དགོས་པར་བསམས་ནས་  
གཙང་འཛིན་གྱི་གཉིན་པོར་སྟོང་པ་ནན་གྱིས་སྦྱར་བ་ནི་ས་སྤེའི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱས་མངའ་ཆུང་བའི་  
ནམ་འགྱུར་རོ།།

བདེན་པ་གཞན་གསུམ་གྱི་ནམ་པ་བཙུ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་ངེས་  
འབྱུང་དང་། ངེས་འབྱིན་གྱི་ནམ་པ་གཉིས་རིགས་པས་རི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ནི། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་  
པར་ནམ་འགྲེལ་ངེས་སུ་གང་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ།།

ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་བསྐྱོམ་བྱ་དང་། བྱབ་མཐའ་བཞིའི་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རི་སྟེད་  
ཅིག་བྱང་བ་ནི་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབེབ་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ལས་  
བྱང་བ་ཡིན་ཏེ། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་སྒྲོས་པས་རྩོ་ཐོགས་ཀྱང་། ཡིག་ཆོགས་ལ་འཛིགས་ནས་རེ་  
ཞིག་དེ་ཙམ་དུ་མཐུག་བསྟུལོ།།

སྒྲིམ་པ། མཁའ་ལ་ཅེན་པའི་ཉི་མའི་འོད།། ས་ལ་མངོན་པར་བཞུགས་པ་ལས།། འདབ་  
སྟོང་ཅི་ཡང་བཞད་པ་ལྟར།། ལྷ་མའི་བྱིན་གྱིས་བདག་འཕྱུར་རོ།། །  
ཞེས་པའི་བསྟན་བཅོས་དུམ་བུ་འདི་ཡང་ཆོས་སྤྱོད་པ་དག་དབང་ཕྱན་ཆོགས་པས་སྦྱར་བའོ།། །

### སྐར་མ་རབ་རིབ་ཅེས་པའི་མདོའི་དོན་བཤད་པ།

ན་མོ་གྲུ་རུ། འདིར་སྐར་མ་རབ་རིབ་ཅེས་པའི་མདོའི་དོན་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། མདོ་  
འདི་ནི་མཆན་ཉིད་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་དབྱིངས་སུ་འཐུག་པ་ཡིན་ལ། མཆན་ཉིད་བཞི་ནི། རང་  
བཞིན་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་། རོ་སྤང་གི་མཆན་ཉིད་དང་། ཉེས་དམིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་། ངེས་  
འབྱུང་གི་མཆན་ཉིད་དོ།། དང་པོ་རང་བཞིན་གྱི་མཆན་ཉིད་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤང་སྟོང་ཆོགས་པའི་



རང་བཞིན་དང་། སྟོང་པའི་རང་བཞིན་དང་། སྤང་བའི་རང་བཞིན་ནོ། དང་པོ་ནི། སྐར་མ་ཞེས་  
བས་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱ་སྐར་ནི་རི་སྤྱི་ཉི་མ་མ་ཤར་བ་དེ་སྤྱི་དྲུ་སྤང་ཞིང་། འཆར་བ་ན་  
མི་སྤང་བ་ལྟར། འདུས་བྲས་ཀྱང་ནམ་བུ་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉི་མ་མ་ཤར་ཚུན་ཆད་དྲུ་  
སྤང་ཞིང་། ཤར་པན་ཆད་མི་སྤང་བར་སྟོང་དབྱིངས་སུ་ཐེམ་བས་ན་སྤང་སྟོང་ཆོགས་པའི་རང་  
བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། རབ་རིབ་ཅེས་བས་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་དམིགས་  
པའི་སྤྱ་ཤད་ནི་བདེན་པས་སྟོང་པ་ལྟར། མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་དམིགས་པའི་འདུས་བྲས་  
ནམས་ཀྱང་བདེན་པས་སྟོང་པའོ།

གསུམ་པ་ནི། མར་མེ་ཞེས་བས་བསྟན་པ་སྟེ། མར་མེ་ནི་སྟོང་བྱ་དང་སྦྲུམ་སོགས་  
ཆོགས་པས་སྤང་བ་ཡིན་པ་ལྟར། འདུས་བྲས་ཀྱི་ཆོས་ནམས་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱེན་ཆོགས་ཅམ་གྱིས་  
སྤང་བའི་རང་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་རོ་མུང་གི་མཆན་ཉིད་ནི། རྒྱ་མ་ཞེས་བས་བསྟན་པ་སྟེ། རྒྱ་མས་སྦྱལ་པའི་  
གཟུགས་སྤྱ་སོགས་ཀྱི་རོ་མུང་བ་ནི། བམ་མཁའ་ལ་སྦྱེས་བཞུག་པ་དང་མཚུངས་པར་གོ་ལོག་  
སྟེ། འདུས་བྲས་ཀྱི་རོ་མུང་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ།

གསུམ་པ་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ལ་ནང་གསེས་ཀྱིས་གཉིས་ཏེ། མི་རྟོག་པའི་  
ཉེས་དམིགས་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་བའི་ཉེས་དམིགས་སོ། དང་པོ་ནི། ཐེམ་པ་ཞེས་བས་བསྟན་  
པ་སྟེ། དེ་རིང་དྲུ་མི་གནས་པ་ལྟར། འདུས་བྲས་ཀྱི་ཆོས་ནམས་ཀྱང་རིང་དྲུ་མི་གནས་པས་སྟོ་  
བར་བྱ་བའི་གནས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་བྱར་ཞེས་བས་བསྟན་པ་སྟེ། རྒྱ་བྱར་ནི་ནམ་བུ་མི་འབྲ་བ་རི་ལྟར་  
ལྷང་ཡང་རྒྱའི་རང་བཞིན་ལས་མི་འདའ་བ་ལྟར། འདུས་བྲས་འཁོར་བའི་ཆོས་ནམས་ཀྱང་སྤྱག་

བསྐྱལ་ལས་མི་འདའོ།།

བཞི་བ་དེས་འབྱུང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་གསུམ་སྟེ། འདས་པའི་ཆོས་བདེན་པར་མེད་པ།  
ད་ལྟ་བའི་ཆོས་བདེན་པར་མེད་པ། མ་འོངས་པའི་ཆོས་བདེན་པར་མེད་པའོ།། དང་པོ་ནི། མི་  
ལམ་ཞེས་པས་བསྟན་པ་སྟེ། རི་ལྟར་མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་སད་པ་ན་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལྟར།  
འདས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ད་ལྟར་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིད་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་གནས་ནས་སོ།།

གཉིས་པ་ནི། སློག་ཅེས་པས་བསྟན་པ་སྟེ། སློག་ནི་སླེས་ཙམ་ནས་འགག་པ་ལ་མངོན་  
དུ་སློགས་པ་ལྟར། འདུས་བྱས་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡིན་པས་ཆགས་པར་བྱ་བའི་གནས་  
མེད་དོ།།

གསུམ་པ་ནི། སྤྱི་ཞེས་པས་བསྟན་པ་སྟེ། སྤྱི་ལ་བརྟེན་ནས་མ་འོངས་པར་སྤྱང་ཆར་  
དང་ལོ་ཉྟག་སོགས་འབྱུང་ཡང་དེ་ད་ལྟའི་དུས་སུ་དམིགས་སུ་མེད་པ་ལྟར་མ་འོངས་པའི་ཆོས་  
རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་བས། ཞེན་ཅིང་ཆགས་པར་བྱ་བའི་གནས་མིན་ནོ།། །  
ཞེས་པ་འདི་ཡང་ལམ་མིང་པས་སྤྱར་བའོ།། །

## རྒྱལ་སྐས་ཞེ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆོག་བཞུགས་སོ།།

རྒྱལ་བའི་སྐས་པོ་ཞེ་བརྒྱད་འདི་ལྟ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་ཞིང་གཞན་ནས་འཕོས་འདིར་  
སླེས་པ། དགའ་ལྡན་གནས་དང་མི་ནས་འདིར་སླེས་པ། འདི་དག་མདོར་བསྟན་རྒྱལ་  
སྐས་འཕགས་པའོ།། ཆེ་རིང་ལྟར་སླེས་ཕྱིན་བྱུག་སྟོང་པ་དང་། བསམ་གཏན་སྤངས་ནས་  
འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སླེས། གང་དག་སངས་རྒྱལ་བཞུགས་པའི་ཞིང་དེར་སླེས། རྒྱལ་  
རིགས་བྲམ་སོགས་མཐོ་བའི་རིགས་སུ་སླེས། རྒྱལ་ཆེན་བཞི་སོགས་སྐལ་བ་མཉམ་པར་

སྐྱེས། ཁོངས་པར་སྐྱེས་ཏེ་ཆོས་སྟོན་བསྐྱེད་པར་བྱེད། ཆེ་གཅིག་དགའ་ལྡན་དུ་སྐྱེས་འདིར་  
 འཕོ་འགྱུར། མདོན་ཤེས་བྱ་ག་ཐོབ་སངས་རྒྱས་ཞིང་བཟང་བརྒྱད། དེ་ཐོབ་དཔལ་པའི་སྤྱེ་མེད་  
 ཞིང་བཟང་བརྒྱད། དེ་ཐོབ་དཔལ་མེད་ཆེ་ལྡན་ཞིང་བཟང་བརྒྱད། དེ་ཐོབ་ཐུན་སྤྱིང་མཆོག་  
 གསུམ་སྤྱ་ཡང་སྤྱོད། །ཁམས་གསུམ་མི་སྐྱེས་ཁམས་གསུམ་འགོ་དོན་བཙུག་། ཕྱིན་བྱ་ག་  
 སྤྱོད་ཅིང་སྤྱོན་མེད་མི་ལྟོག་ཐོབ། སངས་རྒྱས་འགོ་དོན་དམ་ཆོས་རིང་དུ་གནས། རྒྱལ་  
 བཟོ་སེམས་ཅན་སྤྱིན་བྱེད་ཞིང་བཟང་བརྒྱད། སྟོམས་འཇུག་ནམ་དགུར་རིམ་དང་ཐོད་གཤམ་  
 འཇུག །དཔལ་སོགས་ཐོབ་ཅིང་སྤྱིན་སོགས་སེམས་ཅན་འགོད། ཕྱིན་བྱ་ག་ལ་གནས་དགའ་  
 ལྡན་གནས་ཡོངས་སྤྱོདས། བསམ་གཏན་བྱང་ཕྱོགས་ཐོབ་ཅིང་ཆེ་གཅིག་ཐོབ། ཕྱིན་སྤྱོད་  
 འདིག་ཏེན་བརྒྱད་ཅིང་སེམས་ཅན་བསྐྱེད། ཕྱིན་གནས་སེམས་ཅན་དོན་བཙུག་སྤྱོད་གསུམ་  
 དག ཕྱིན་གནས་ངན་འགོའི་ལམ་གཅོད་ཞིང་བཟང་བརྒྱད། ཕྱིན་བྱ་ག་ལ་གནས་སྤྱིན་པ་ལྟར་  
 ལེན་དང་། རྒྱལ་ཁྲིམས་ལྟར་ལེན་སྤྱོད་ལ་རབ་ཏུ་འགོད། བཟོད་པ་ལྟར་ལེན་གཞོད་སེམས་  
 མེད་ལ་འགོད། བཙུག་འགྱུར་ལྟར་ལེན་གཞན་དག་དེ་ལ་འགོད། བསམ་གཏན་ལྟར་ལེན་  
 ཅེ་གཅིག་ཞི་ལ་འགོད། ཤེས་རབ་ལྟར་ལེན་ཆོས་སྟོན་བདེ་གཤེགས་སྤྱེད། དེར་སྤྱེད་ཤར་  
 ཕྱོགས་ཞིང་བཟང་རྒྱ་མཆོར་འགོ །དེ་བཞིན་སྟོ་དང་རུབ་དང་བྱང་བྱང་ཤར། ཤར་སྟོ་སྟོ་རུབ་  
 རུབ་བྱང་འོག་དང་སྟོང་། རེ་རེའི་སངས་རྒྱས་ཞིང་མང་གཞུང་ལྟར་། གེ་སྟོང་དག་ཏུ་འདོད་  
 ཅིང་ཆོས་ཀྱང་སྟོན། མཆོན་ལྡན་དབང་སོགས་དག་པ་བདག་མི་བསྟོད། དང་པོ་ཕྱིན་ཆད་  
 ལོག་དང་ངན་འགོར་མིན། དང་པོ་ཕྱིན་ཆད་དག་བཅུའི་ལམ་མི་གཏོང་། འཁོར་བསྐྱར་དག་  
 བཅུའི་ལམ་ལ་སེམས་ཅན་འགོད། འཁོར་བསྐྱར་སངས་རྒྱས་བརྒྱ་སྟོང་རྒྱ་ཆེར་མཆོད། ལྟ་  
 བའི་ཐུན་ཅན་སྤྱང་བྱེད་སངས་རྒྱས་ཀྱི། ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བ་ནམ་ཡང་བྲལ་མི་བྱེད། དེ་ལྟར་བརྒྱད་  
 ཀྱིས་ལྷག་པའི་བཅུ་ཆོན་བཞི། །

## དངོས་བརྒྱད་དོན་བདུན་ཅུའི་སྒྲིམ་ཆོག་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། མངོན་ཉོགས་བརྒྱད་ནི་རྣམ་མཁྱེན་དང་། ལམ་ཤེས་གཞི་ཤེས་  
རྣམ་རྗེགས་སྦྱོར། ཅེ་སྦྱོར་མཐར་སྦྱོར་སྐད་ཅིག་སྦྱོར། འབྲས་བྱ་ཆོས་སྦྱ་བཅས་པའོ།  
རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་ཆོས་བཅུ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་གདམས་དག་ངེས་འབྱེད་  
དང་། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དམིགས་དང་ཆེད། གོ་འདུག་ཆོགས་ངེས་སྦྱབ་པའོ།  
ལམ་ཤེས་མཆོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་ནི། ལམ་ཤེས་ཡན་ལག་ཉན་རང་ལམ། ཐེག་  
ཆོན་མཐོང་ལམ་བྱེད་དང་མོས། བསྐྱེད་སོགས་བསྐྱོད་དང་རྗེས་ཡི་རང་། སྦྱབ་དང་རྣམ་  
དག་སྒྲོམ་ལམ་མོ།

གཞི་ཤེས་མཆོན་བྱེད་ཆོས་དགུ་ནི། སྲིད་མཐར་མི་གནས་ཞིར་མི་གནས། རིང་  
དང་ཉེ་དང་མི་མཐུན་གཉེན། སྦྱོར་དང་མཉམ་ཉིད་མཐོང་ལམ་མོ།

རྣམ་རྗེགས་མཆོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་ནི། རྣམ་པ་སྦྱོར་བ་ཡོན་ཏན་སྦྱོན། མཆོན་  
ཉིད་ཐར་དང་ངེས་འབྱེད་ཉུགས། མཉམ་ཉིད་ཞིང་དག་ཐབས་མཁས་སྦྱོར།

ཅེ་སྦྱོར་མཆོན་བྱེད་ཆོས་བརྒྱད་ནི། ཉུགས་དང་རྣམ་འཕེལ་བརྟེན་དང་  
གནས། མཐོང་སྒྲོམ་བར་ཆད་མེད་ཅེ་དང་། བསལ་བྱ་ལོག་སྦྱབ་བཅས་པའོ།

མཐར་སྦྱོར་མཆོན་བྱེད་བཅུ་གསུམ་ནི། སྦྱོན་སོགས་བྱག་གི་མཐར་སྦྱོར་  
དང་། རྗེས་བྱུག་གི་མཐར་སྦྱོར་ཉི། དངོས་མེད་མཐར་སྦྱོར་བཅས་པའོ།

སྐད་ཅིག་མཆོན་བྱེད་ཆོས་བཞི་ནི། རྣམ་པར་སྦྱོན་པ་མ་ཡིན་དང་། རྣམ་པར་  
སྦྱོན་དང་མཆོན་ཉིད་མེད། གཉིས་མེད་སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བའོ།

ཆོས་སྐྱ་མཆོན་བྱེད་ཆོས་བཞི་ནི།། རོ་བོ་ཉིད་དང་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས།། སྤྱལ་  
དང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་དང་།། མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་བཅས་པའོ།། །  
དགེ་ལེགས་འཕེལ།།

མཁྱེན་གསུམ་གྱི་ནམ་པ་བརྒྱ་དང་དོན་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་ཆིག་ཤེལ་དཀར་  
མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་ཀྱ་རུ། གཞི་ཤེས་ནམ་པ་ཉེར་བདུན་ནི།། བདེན་པ་སོ་སོ་ལ་བཞི་  
དང་།། ལམ་ལ་དེ་ནི་བཙོ་ལྔར་བཤད།། མེད་དང་མི་སྐྱེ་དབེན་མི་བཞི།། སྤྱག་བསྐལ་བདེན་  
པའི་ནམ་པའོ།། གནས་མེད་ནམ་མཁའ་བརྗོད་མེད་དང་།། མིང་མེད་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པའི་  
འོ།། འགོ་མེད་མི་འཕྲོགས་ཟད་མེད་དང་།། སྐྱེ་མེད་འགོག་པའི་ནམ་པའོ།། བྱེད་པོ་ཤེས་པོ་འཕོ་  
འདུལ་མེད།། མི་ལམ་སྐྱ་བརྟན་མིག་ཡོར་སྒྲིག། སྐྱ་མ་ཀྱན་བྱང་གོས་སྒྲོས་མེད།། རྫོམ་མེད་མི་  
གཡོ་ལམ་གྱིའོ།། ཐོག་མཐའ་བཅུ་ནི་ཉོན་སྐྱབ་དང་།། བར་ལྔ་ཤེས་སྐྱབ་གཉེན་པོ་སྟེ།། རིམ་  
བཞིན་མཐོང་སྒྲོམ་ངོ་བོ་དང་།། ཟད་མེད་ཟད་བཅས་ཉིད་ཡིན་ནོ།།

ལམ་ཤེས་ནམ་པ་སོ་དྲུག་ནི།། ཀྱན་འབྱུང་བརྒྱད་དང་ལམ་གྱི་བདུན།། སྤྱག་བདེན་ལྔ་  
དང་འགོག་བཅུ་དྲུག། །དང་པོ་བརྒྱད་ནི་འདུན་པ་དང་།། འདོད་ཆགས་དགའ་དང་ཆགས་སྤང་  
ཚོངས།། ཀྱན་རྟོག་སེམས་ཅན་མངོན་ཞེན་ནོ།།

ལམ་གྱི་བདུན་ནི་ཆད་མེད་དང་།། མཐའ་གཉིས་མ་འབྲེལ་ཐ་མི་དད།། མཆོག་འཛིན་  
མེད་དང་ནམ་མི་རྟོག། །གཞལ་མེད་ཆགས་པ་མེད་པའོ།།

སྤྱག་བདེན་ལྔ་ནི་མི་རྟག་དང་།། སྤྱག་བསྐལ་སྟོང་པ་བདག་མེད་དང་།། མཆོན་ཉིད་

མེད་པའི་རྣམ་པ་སྟེ། བཞི་ནི་རང་མཆན་གཅིག་སྟེ་མཆན།

འགོག་པའི་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ནི། སྟོང་ཉིད་གསུམ་དང་བརྒྱད་དང་གཅིག །བཞི་སྟེ་  
རིམ་བཞིན་འགོག་པ་དང་། ཞི་བ་སོགས་དང་སྦྱར་བར་བྱ།

རྣམ་མཁྱེན་རྣམ་པ་བརྒྱ་བཅུ་ནི། སྟོབ་མ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། ཐུན་མོང་སོ་  
བདུན་སོ་བཞི་སྟེ། སངས་རྒྱལ་ཐུན་མིང་སོ་དགའོ།

དང་སོ་བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་ནི། ལུས་ཆོར་སེམས་ཆོས་ཟླ་ཉེ་བཞི། སྟེ་ས་མ་སྟེ་ས་  
ཀྱི་སྟོང་བ་བཞི། འདུན་བཙུན་སེམས་དཔྱོད་རྒྱུ་བ་བཞི། འདུན་བཙུན་ཟླ་ཉིང་ཤེས་རབ་  
ཀྱི། དབང་སོ་ལྔ་དང་སྟོབས་ལྔའོ། ཟླ་དང་རྣམ་འབྱེད་བཙུན་འབྱུང་དགའ། ཤེས་སྦྱངས་  
ཉིང་འཛིན་བཏང་སྟོམས་ཀྱི། བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་རྣམ་བདུན་དང་། ཡང་དག་ལྟ་བུ་རྟོག་པ་  
དང་། དག་ལས་འཆོ་བ་ཚོལ་ཟླ་ཉིང་། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་རྣམ་བརྒྱད་དོ།

ལམ་ཤེས་སོ་བཞི་འདི་ལྟ་སྟེ། གཉེན་ལམ་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་ནི། སྟོང་ཉིད་མཆན་  
མེད་སྟོན་མེད་དང་། སྟུལ་ལམ་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་ནི། གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་  
དང་། གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། སྟུག་པའི་རྣམ་ཐར་དང་བཅས་པའོ། མཐོང་  
ཆོས་བདེར་གནས་ལམ་ལྔ་ནི། གཟུགས་མེད་རྣམ་པར་ཐར་བཞི་དང་། འགོག་པའི་རྣམ་  
པར་ཐར་པའོ། འཛིག་ཉེན་འདས་པའི་ལམ་དགུ་ནི། བསམ་གཏན་བཞི་དང་གཟུགས་མེད་  
བཞི། འགོག་པར་སྟོམས་པར་འཇུག་པའོ། སྟོང་ལམ་བཞི་ནི་བདེན་པ་བཞིའི། ཆོས་བཟོད་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་བཞི། སངས་རྒྱལ་ཉིད་ཀྱི་ལམ་བཅུ་ནི། ཐུན་སོགས་པར་ཕྱིན་རྣམ་  
བཅུའོ།

ཐུན་མིན་རྣམ་མཁྱེན་སོ་དགུ་ནི། སྟོབས་བཅུ་མི་འཛིགས་རྣམ་བཞི་  
དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་བཞི་དང་། མ་འདྲེས་རྣམ་པ་བཙུན་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་



རང་བྱུང་དང་། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ནམ་པ་འོ། དང་པོ་བཅུ་ནི་གནས་གནས་མིན། ལས་ཀྱི་  
ནམ་སྒྲིན་མོས་སྒྲ་ཆོགས། སྒྲ་ཆོགས་ཁམས་དང་དབང་རྣེས་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་དུ་འགོ་ཀྱན་བྱང་  
དང་། སྒྲིན་གནས་རྗེས་བྲན་འཆི་འཕོ་སྟེ། ཟག་ཟད་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་བཅུ་འོ། མི་འཛིགས་  
བཞི་ནི་སྤངས་རྟོགས་དང་། དེས་འབྱུང་བར་ཆད་དམ་བཅས་པར། འཛིགས་པ་མེད་པ་ནམ་  
བཞི་སྟེ། སོར་རིག་བཞི་ནི་ཆོས་དོན་དང་། དེས་ཆོག་སྟོབས་པ་སོར་རིག་གོ།

མ་འདྲེས་ནམ་པ་བཙེ་བརྒྱད་ནི། སྟོང་པའི་དུག་དང་རྟོགས་པའི་དུག །འཕྲིན་ལས་  
གསུམ་དང་ཡེ་ཤེས་གསུམ། དང་པོ་དུག་ནི་འབྲུལ་བ་དང་། ཅ་ཅ་བྲན་ཉམས་མཉམ་མ་  
བཞག །ཐ་དད་འདུ་ཤེས་མ་བརྟགས་པའི། བཏང་སྟོམས་མི་མངའ་ནམ་དུག་གོ། རྟོགས་པའི་  
དུག་ནི་འདུན་བཙེན་དང་། དུན་ཉིང་ཤེས་རབ་ནམ་གྲོལ་ལས། ཉམས་པ་མི་མངའ་ནམ་དུག་  
གོ། འཕྲིན་ལས་གསུམ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། རྗེས་འབྲང་སྒྲ་གསུང་ཐུགས་འཕྲིན་ལས། ཡེ་ཤེས་  
གསུམ་ནི་དུས་གསུམ་མོ། ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མཁྱེན་པའོ། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ནམ་པ་  
ནི། དག་པ་གཉིས་ལྡན་ཆོས་ཉིད་དོ། རང་བྱུང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་པ་ནི། གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཡེ་ཤེས་  
སོ། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ནམ་པ་ནི། ཆོས་ཀྱན་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའོ། དེ་ལྟར་ནམ་པ་  
ཀྱན་བསྟོམས་ན། བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་ཅ་གསུམ་མོ།། །

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྟེ་བོ་ཀྱན། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་རྫོགས་ཤིང་། བསོད་  
ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། དམ་པ་སྒྲ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག ། །  
ཅེས་པ་འདི་ནི་རིགས་སྒྲ་དག་ཕུན་ནས་བསྐྱིགས་པའོ།། ། དགེ་ལེགས་འཕེལ།

## པར་བྱིན་གྱི་སྒྲིམ་ཆོག་དང་པར་བྱིན་ལས་འབྲས་པའི་དོགས་དཔྱད།

༥ པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་པར་བྱིན་གྱི་སྒྲི་དོན་ནས་ཉེར་མཁོ་འགའ་ཞིག་  
སྒྲིམ་ཆོག་ཏུ་བཀོད་པ་བཞུགས་སོ།། ན་མོ་གྲུ་རུ་མཆུ་ཚོ་ཏཱ་ཡ། ལྷ་མ་མཆོག་གསུམ་གཙུག་  
གི་རྒྱན་དུ་མཆོད།། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།། བྱ་བ་ཅི་བྱེད་ལམ་དུ་  
སྒྲོངས་པ་སོགས།། སྤྱིད་སྤྱག་ལེགས་ཉེས་ཁྱེད་རྣམས་མཁྱེན་ལགས་སོ།།  
འདིར་པན་ཆེན་གྱི་པར་བྱིན་སྒྲི་དོན་ནས་ཉེར་མཁོ་འགའ་ཞིག་བདུས་པར་བྱ་སྟེ།

ཁ་ཅིག་ཤིང་རྩའི་སྒོལ་འབྱེད་ལ།། བྱམས་སྐུ་ཕྱོགས་སྒྲང་གཞོད་འཛུམས་མཁན།། རང་  
ལུགས་སྐུ་སྐུ་བོགས་མེད་གཉིས།། ཤེར་མདོའི་བརྗོད་བྱ་ལ་གཉིས་ཏེ།། དངོས་བསྟན་སྒྲོང་ཉིད་  
རིམ་པ་དང་།། སྤྱི་དོན་མདོན་རྟོགས་རིམ་པའོ།། དང་པོ་སྟོན་བྱེད་རིགས་ཆོགས་དུག་གཉིས་  
པ་སྟོན་བྱེད་མདོན་རྟོགས་རྒྱ།། བཤད་བྱའི་མདོ་ལ་ལུས་དུག་དང་།། སྤྱི་ཞི་བཅུ་གཅིག་  
ལྷ་རབས་སྤྱ།། དང་པོ་དུག་རིམ་རྒྱས་འབྱེད་བསྟུས།། ཁྱི་བརྒྱད་ཤེས་རབ་ཁྱི་བ་སྤྱད།། སྤྱི་  
ཞི་བཅུ་གཅིག་འདི་ལྟ་སྟེ།། ཤེར་བྱིན་བདུན་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་པ།། སུམ་བརྒྱ་ཚུ་ལ་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་  
པ།། ལྷ་བཅུ་དང་ཞི་སྟོ་ཉེར་ལྷ།། རབ་རྩལ་རྣམ་གཞོན་གྱིས་ཁྱུས་དང་།། ཀྲོ་ཤི་ཀས་ཁྱུས་པ་  
དང་།། ཡི་གེ་གཅིག་མ་ཡི་གེ་ཉིད་།། ཤེས་རབ་སྤྱི་པོ་རྣམས་ཡིན་ནོ།། དངོས་བརྒྱད་ཆ་  
ཆོད་སྟོན་པས་ལུས།། ཕྱོགས་ཅན་སྟོན་པས་སྤྱི་ཞི་ཞེས་བརྗོད།། ལུས་ལ་དུག་ཏུ་ངེས་མིན་  
ཏེ།། ཤེར་ཕྱོགས་མདོ་ལ་ལུས་མདོས་བྱལ།། ཤེར་ཁྱི་རྒྱན་དང་སྤྱི་བ་མེད།། སྤྱི་བ་ཁྱི་བརྒྱད་  
ཆ་ཤས་ཡིན།། སྤྱི་ལའང་བཅུ་གཅིག་ངེས་མིན་ཏེ།། ཀྲན་བཟང་སོགས་གྱིས་ཁྱུས་རྣམས་  
ཀྱང་།། ཤེར་བྱིན་སྤྱི་ཞི་མདོ་རུ་གསུངས།། རང་ལུགས་གསུམ་མམ་བཞི་རུ་ངེས།། རྒྱན་

གྱི་ཡུམ་མདོ་འཆད་ཚུལ་ནི། བཤད་ཐབས་ལྟ་ཏེ་དགོས་བསྐྱུས་སོགས། རྒྱལ་འབྲེལ་པ་  
 ཉེར་གཅིག་སྟེ། མདོ་དང་རྒྱལ་སྐྱུར་བཅུ་གཉིས་དང་། མ་སྐྱུར་བ་ནི་དགྲ་ཡོད་དོ། དང་པོ་ཉི་  
 ཁྲི་དང་སྐྱུར་བཞི། ཉི་སྐྱུང་ཉི་ཁྲི་ནམ་འབྲེལ་དང་། ལེ་བརྒྱད་དག་ལྟ་ནམས་ཡིན་ནོ། བརྒྱད་  
 སྟོང་དང་སྐྱུར་གསུམ་པོ་ནི། རྒྱལ་སྐྱུང་སྟོང་མཆོག་གཞན་ལྟོང་། སྐྱུང་དང་སྐྱུར་བ་གསུམ་པོ་  
 ནི། སྐྱུང་འབྲེལ་རྟོགས་སྐྱུང་དཀར་འབྲེལ། ཤེར་ཕྱིན་མཛོད་ཀྱི་ལྷེ་མིག་གོ། མ་སྐྱུར་དགྲ་  
 ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། འབྲེལ་ཚུང་ཆོག་གསལ་རྟོགས་དཀའི་སྐྱུང་། བསྐྱུས་དོན་གཉིས་དང་གྲགས་  
 ཆ་དང་། ལུབ་པ་དགོངས་རྒྱལ་ཤེར་སྐྱོན་སྟེང་།

༥ མཆོད་བརྗོད་སྐབས་འདིར་མཐའ་དབྱེད་ན། དགོས་པ་གོ་རིམ་ཡུམ་ངོས་  
 བཟུང་། ཡུམ་དང་སྐས་ཀྱི་དོན་བཤད་པའོ། དང་པོ་ཆ་བས་དགོས་པ་བརྒྱད། རང་དོན་  
 གསུམ་དང་ངོས་རྒྱུན་ལ། ཁ་ཅིག་གཞུང་ཉིད་མཛེས་ཕྱིར་ཡིན། རང་ལུགས་དད་པ་དཀར་  
 ཆོས་ཀྱི། སྟོན་འགྲོ་ཡིན་ལ་གོ་ཕྱིར་ཡིན། ཁྱད་པར་རྒྱལ་ལ་དང་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱེ་ཚུལ་དབང་  
 རྒྱལ་མོས་གཙོ་དང་། དབང་རྟོན་གཞོད་མ་མཐོང་ནས་སོ། གོ་རིམ་ཁ་ཅིག་འཛོག་ཚུལ་  
 གསུམ། རང་ལུགས་ནམ་མཁུན་ལམ་ཤེས་ལྟོས། དེ་ནི་གཞི་ཤེས་ལྟོས་པ་ཡིན། གོ་རིམ་  
 ཚུལ་ལ་ཕྱོགས་སྐྱ་གསུམ། དང་པོས་སྐྱེང་གཞིའི་གོ་རིམ་བསྐྱུན། གཉིས་པས་བྱེ་བྲག་རིམ་  
 འབྲུག་དང་། གསུམ་པ་གཅིག་ཤོས་རིམ་འབྲུག་ཆེད། རང་ལུགས་མཁུན་གསུམ་སྐྱ་མ་  
 ལ། ཕྱི་མ་ཕྱི་མར་ལྟོས་ལས་ཡིན། བསྟོད་ཡུལ་གང་ན་ཁ་ཅིག་གི།

ན་མོ་གྲུ་རུ་མཆུ་རྩོ་ཏུ་ཡ། བསྐྱུལ་མང་གོམས་པའི་ལུགས་རྩེ་ཡིས། ཉམ་ཐག་འགྲོ་  
 འདི་བསྐྱུལ་བའི་སྐད། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་མཛད་པའི། ལྷ་མ་ལུབ་པའི་དབང་པོར་  
 འབྱུང་། ཡེ་ཤེས་མཁའ་ཡི་ལམ་པོ་ཆེད། ཐོག་མེད་རྒྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་ཞེས། གྲགས་  
 པའི་འོད་སྐྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་མཐར་ཐོལ་བ། བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་དག་ལེགས་

མྱོལ། གང་གསུང་རིག་ཆེན་སྟོན་ནང་ནས། དད་མོས་མོང་རྩེས་ཟིན་ཙམ་ཞིག །སྤེལ་ལེགས་  
ཆོག་གི་སྤང་བྱ་ལ། བརྒྱུས་ནས་མགུལ་དུ་འཆང་བར་བྱ།

དེ་ལ་བྱམས་མགོན་ཐུ་བྱུབ་ཞུས།། ཟླ་གསུམ་མང་གནོད་འཛམས་མཁན་དང་  
 བཞི།། ཤེར་རྟེན་སྟོལ་འབྱེད་ཡིན་ནོ་ལོ།། སྤངས་ཀྱིས་ཀླུ་ལ་གཏམ་དུ་གྲགས།། རང་གི་ལུགས་  
 བེ་ཐུ་བྱུབ་དང་།། རོགས་མེད་གཉིས་སུ་གྲངས་དེས་ཏེ།། མདོ་ཡི་དགོངས་པ་རང་སྟོབས་  
 གྱིས།། འབྱེད་མཛད་གཉིས་ལས་གཞན་མེད་ཕྱིར།། རྒྱུ་གྱི་བཤའ་བུའི་མདོ་ལ་ཡང་།། ལུས་  
 དུག་སྤྱོད་ཀྱི་བཅུ་གཅིག་ཟེར།། དང་པོ་དུག་ནི་རྒྱས་འབྱིང་བསྟུས།། ཤེར་ཁྱི་ཁྱི་བརྒྱད་སྟོང་  
 པ་སྟུང།། དེ་བཞིན་ཕྱི་མ་བཅུ་གཅིག་ནི།། ཤེར་ཕྱིན་བདུན་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་སྤྱོད་བརྒྱ་པ།། ཚུལ་  
 བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ལྔ་བཅུ་སྟོ་ཉིང་ལ།། རབ་ཅལ་རྣམ་གཞོན་གྱིས་ཁྲུས་ཀྱི་ཤེས་ཁྲུས།། ཤེར་ཕྱིན་ཡི་  
 གོ་གཅིག་མ་ཡི་གོ་ཉིང་།། ཤེས་རབ་སྟོང་པོ་ཞེས་བུའི་མདོ་རྣམས་སོ།། དེ་རྣམས་མི་འཐད་  
 གང་གི་ཕྱིར།། ཤེར་ཟློགས་མདོ་ལ་ལུས་གི་མདོས།། ཁྲུ་ཕྱིར་དུག་ཏུ་མ་དེས་ཤིང་།། གཞན་  
 ཡང་ཤེས་རབ་ཁྱི་པ་དང་།། མདོན་རྒྱུ་སྤྱར་བའི་འགྲེལ་མེད་ལ།། སྟུང་པ་ཁྱི་བརྒྱད་ནང་ཆོན་  
 ཕྱིར།། དེ་ལས་ལོགས་སུ་འཕྲེན་མི་རིགས།། དངོས་བརྒྱད་ཆ་ཆང་སྟོན་པས་ལུས།། ཟློགས་  
 ཅམ་སྟོན་པས་སྤྱོད་ཞེས་ཟེར།། དེ་ལྟ་ན་ནི་ཀྱན་བཟང་དང་།། རྒྱ་སྟོང་སོགས་གྱིས་ཁྲུས་རྣམས་  
 གྲང་།། སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་བཅུ་གཅིག་གི་གྲངས་དེས་འབྱེད་པའང་འཐད་མ་ཡིན།། རང་  
 ལུགས་གསེར་ཐེང་ལྟར་བྱས་ན།། རྒྱས་འབྱིང་བསྟུས་དང་ཁྱི་བརྒྱད་སྟོང་།། བཞིར་དེས་འགྲེལ་  
 པ་འདི་དང་ནི།། རྣམ་བཤའ་ལྟར་ན་གསུམ་དུ་ཤོ།། རྒྱུ་ལ་འགྲེལ་པ་ཉིང་གཅིག་ཉེ།། སྤྱར་བ་  
 བཅུ་གཉིས་མ་སྤྱར་དགུ།། དང་པོ་ཉི་ཁྱི་དང་སྤྱར་བ།། བཞི་ནི་འཕགས་པའི་ཉི་སྤྱར་དང་།། བཅུ་ན་  
 པའི་རྣམ་འགྲེལ་སྟོབ་དཔོན་གྱི།། ལེ་བརྒྱད་པ་དང་འཁྱི་པའི།། ཉི་ཁྱི་དག་ལྟར་བཅས་རྣམས་  
 སོ།། བརྒྱད་སྟོང་དང་སྤྱར་གསུམ་པོ་ནི།། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་མཛད་རྒྱུ་སྤྱར་དང་། འཁྱིས་མཛད་

བའི་སྒྲིང་པོ་མཆོག། །ཨ་ལྷའི་གནད་ཀྱི་སྒྲ་འོད་དོ། །སྤྱད་དང་སྦྱར་བ་ནམ་གསུམ་ནི། །སངས་  
 ཡེས་མཛད་པའི་སྤྱད་པའི་དཀའ་འགྲེལ་དང་། །སློབ་དཔོན་གྱིས་མཛད་སྤྱད་འགྲེལ་རྟོགས་སྦྱ་  
 དང་། །ཁ་ཆེ་རྒྱམ་ལི་རི་ཞེས་བྱ་བས། །མཛད་པའི་ཤེར་ཕྱིན་མཛོད་ཀྱི་ལྷེ་མིག་གོ། །གཞན་  
 ཡང་ཁྱི་སྒྲོང་གིས་མཛད་པའི། །འབྲུམ་དང་སྦྱར་བ་གཅིག་དང་ནི། །སྤྱི་ཉིད་ཡུམ་གསུམ་དོན་  
 བརྒྱད་དང་། །མཐུན་པར་སྦྱར་བ་གཅིག་བཅས་སོ། །མ་སྦྱར་དགུ་ནི་སློབ་དཔོན་གྱིས་མཛད་  
 འགྲེལ་ཆུང་དང་། །དེ་ཡི་འགྲེལ་བཤད་ཆོས་བཤེས་གྱིས་མཛད་ཆེག་གསལ་དང་། །གསེར་  
 སྒྲིང་གིས་མཛད་འགྲེལ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྦྱར་བ་དང་། །རོ་བོ་གཞོན་ཏུ་དབལ་དང་ཤེར་  
 སྒོ་གསུམ་གྱི་བསྐྱུས་དོན་དང་། །རིན་ཆེན་གྲགས་གྱི་གྲགས་ཆ་ཨ་ལྷའི་སྦྱབ་དགོངས་རྒྱ།  
 སངས་རྒྱས་དབལ་གྱི་ཤེས་རབ་སྒྲོན་མའི་ཐེང་བའོ། །མདོ་དོན་རི་ལྟར་འཆད་ཚུལ་ནི། །བཤད་  
 ཐབས་ཡན་ལག་ལྔ་ཡིས་ཏེ། །དགོས་དོན་བསྐྱུས་དོན་ཆེག་དོན་དང་། །མཆོམས་སྦྱར་བཀལ་  
 ལན་བཅས་པས་སོ། །མཆོད་བཛྲོད་སྐབས་འདིར་མཐའ་དབྱེད་ན། །བཞི་སྟེ་དང་པོ་དགོས་པ་  
 ནི། །ཆ་བས་རང་དོན་དགོས་གསུམ་དང་། །དེས་རྒྱུན་ལྔ་ཟེར་འཐད་མིན་ཏེ། །འཕགས་སེང་  
 སུས་ཀྱང་མ་མཛད་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་གཞུང་ལུགས་མཛེས་པའི་ཕྱིར། །ཡིན་ཟེར་དེ་ཙམ་དགོས་  
 པ་ཆུང་། །རང་ལུགས་དང་བ་བསྐྱེད་ཕྱིར་དོ། །གཉིས་པ་གོ་རིམ་དེས་པ་ནི། །བསྐྱན་བཅོས་  
 ལུས་དང་མཆོད་བཛྲོད་ཀྱི། །མཁུན་གསུམ་གོ་རིམ་མི་མཐུན་པའི། །རྒྱ་མཆོན་གང་ན་འདིར་  
 ཁ་ཅིག་མཆོད་བཛྲོད་སྒྲིང་གཞི་འགྲེལ་ཡིན་པས། །དེ་དང་བསྐྱན་ཟེར་གཞན་དག་ནི། །རྒྱན་  
 གྱི་གདུལ་བྱ་ཐེག་གསུམ་ལ། །རིམ་འཇུག་དབང་དུ་བྱས་ཟེར་ཞིང་། །ལ་ལ་སྦྱིར་བཏང་གདུལ་  
 བྱ་ནམས། །དེ་ལྟར་འཇུག་པའི་དབང་བྱས་ཟེར། །དང་པོ་མི་འཐད་འཕགས་སེང་གིས། །སྒྲིང་  
 གཞི་ལོགས་སུ་བཤད་ཕྱིར་དང་། །གཉིས་པ་མི་འཐད་དེ་ཡིན་ན། །ཐེག་ཆེན་རིགས་དེས་ཡིན་  
 དགོས་ཕྱིར། །གསུམ་པའང་མི་འཐད་གང་ཞེ་ན། །སྦྱིར་བཏང་དེ་འབྲེལ་རིགས་སྤིད་ཀྱང་། །ཚུལ་

དེ་མཆོད་བརྗོད་སྐབས་ཉིད་ནས། ལྷོན་པ་སྐབས་སུ་མ་བབ་བྱིང་། རང་གི་ལུགས་ནི་གདུལ་  
བྱ་རྣམས། ལམ་ལ་འཇུག་པའི་རིམ་པས་ཏེ། ལམ་ཤེས་སྡོན་དུ་གཞི་ཤེས་ཀྱི། ཉམས་  
ལེན་མེད་མི་རུང་བས་ཡིན། བསྟན་བཅོས་ལུས་ཀྱི་གོ་རིམ་ནི། འབྲས་ལ་སྡོ་བ་བསྐྱེད་  
བྱིང་གསུངས། གསུམ་པ་བསྟོད་ཡུལ་གང་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་འབྲས་ལུས་དང་། ལ་ལ་  
རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་དང་། གཞན་དག་སྐྱེ་མེད་གསུམ་རྟོགས་པའི། མཐེན་གསུམ་ལ་  
བཞེད་གསེར་བྲང་ནས། གསུམ་དུ་ལམ་ཀྱན་འདུས་པར་གསུངས། རང་ལུགས་སྤྱིར་བཏང་  
ཤེས་རབ་ལ། ཡུམ་དུ་གསུངས་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ནི། མངོན་རྟོགས་བརྒྱད་ཀ་བསྟོད་ཡུལ་  
ཏེ། དངོས་བསྟན་ལས་ནི་མཐེན་གསུམ་ཅམ། དེ་ཡང་དངོས་བསྟན་ཐེག་དམན་དང་། གཙུ་  
བོར་ཐེག་ཆེན་གཞི་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་དང་ཐོབ་བྱའི་བྱད་པར་བྱའི། གཞན་གཉིས་ལ་ཡང་ཤེས་པར་  
བྱ། བཞི་བ་འདིར་བསྟན་ཡུམ་དང་སྲས་ཀྱི་དོན། འཁྱི་པས་ནི་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དང་། གསོ་  
བྱ་གསོ་བྱེད་པན་བྱ་པན་བྱེད་དེ། རྒྱ་མཚན་གསུམ་གི་སྒོ་ནས་ཡིན་པར་གསུངས། ཨར་གྱིས་  
རྣམ་པར་བཞག་འཛོག་ཡིན་གསུངས་ཀྱང་། རང་གི་ལུགས་ནི་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དོ། འོན་  
ཏེ་གསེར་བྲང་ལྟར་ན་པན་བྱ་དང་། པན་བྱེད་ཅམ་ལས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་མིན། ཡུམ་སྲས་  
ཡིན་ན་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི། ཡུམ་སྲས་ལ་སོགས་གསུམ་ཆར་ཡིན་དགོས་ཞེས། འཇམ་  
དབྱངས་བཞད་པས་ཀྱང་ནི་གསུངས་པའི་བྱིང་། དབྱད་རྒྱ་མང་མོད་རེ་ཞིག་དེ་ཅམ་མོ། དབང་  
རྟོན་དང་བ་སྐྱེ་ཚུལ་ལ། དབྱད་ན་གཉིས་ལས་དགག་བྱ་ནི། གཞོད་མེད་སྡོ་ལ་སྤང་དབང་  
གིས། གཞག་པ་མིན་པའི་སྟོད་ལུགས་ཏེ། རྒྱ་མའི་དཔེ་དང་སྤྱར་བར་བྱ། གཉིས་པ་འགོག་  
བྱེད་རིགས་པ་ལ། རོ་བོར་དབྱད་པ་གཅིག་དུ་བྲལ། རྒྱར་དབྱད་རྗེ་རྗེ་ཐེགས་མ་དང་། འབྲས་  
དབྱད་ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་དང་། བྲངས་དབྱད་སུ་བཞི་སྐྱེ་འགོག་དང་། རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་  
རྟོན་འབྲེལ་ཏེ། གཏན་ཆོགས་རྣམ་པ་ལྟ་ཡོད་དོ། དེ་ཡང་གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་ནི། གཅིག་

དང་ཐ་དད་གང་ཡང་མིན།། མཐའ་བཞི་གང་དུའང་སྐྱེ་མིན་ཞིང་།། ཡོད་མེད་གང་ཡང་སྐྱེ་མིན་  
ལ།། ལུ་བཞིར་གང་ཡང་སྐྱེ་མིན་ཏེ།། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་གྱིར་བདེན་མེད་དོ།། ཆད་མ་གསུམ་ནི་  
དགག་ཆོས་དང་།། རྟགས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་འགོག་དང་གཅིག །ཆོས་གཉིས་དངོས་འགལ་ངེས་  
དང་གཉིས།། རྟགས་ཀྱི་མཆོན་གཞི་ངེས་གསུམ་མོ།། (མ་དཔེ་ལ་ཆད་)

ན་མོ་གྲུ་རུ། སྤྱི་རབས་ཤིང་རྟེན་སྒྲིལ་འབྲེད་ལ།། བྱམས་ས་སྤྱི་སྤྱི་ཕྱོགས་སྤང་  
དང་།། གཞོད་འཛུམས་མཁན་དང་བཞིར་འདོད་ཀྱང་།། རང་ལུགས་སྤྱི་སྤྱི་ཕྱོགས་མེད་  
གཉིས།། རྒྱན་གྱི་བཤད་བྱའི་མདོ་ལ་ཡང་།། སྤྱི་རབས་ཡུམ་སྤྱི་བཅུ་བདུན་དུ།། བཞེད་ཀྱང་  
རང་ལུགས་གསེར་སྤང་ལྟར།། བཞིའམ་ཡང་ན་ནམ་བཤད་ལྟར།། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་  
ཁོ་ནའོ།། རྒྱན་ལ་འབྲེལ་བ་ཉེར་གཅིག་སྟེ།། མདོ་དང་སྤྱིར་བ་བཅུ་གཉིས་དང་།། མ་སྤྱིར་དགྲ་  
ཞེས་གྲགས་ཆེའོ།། རྒྱན་གྱིས་མདོ་དོན་འཆད་ཚུལ་ནི།། དགོས་དོན་བསྐྱུས་དོན་ཆེག་དོན་  
དང་།། མཆོམས་སྤྱིར་བཀལ་ལན་བཅས་བས་ཏེ།། འདི་ལ་བཤད་ཐབས་ལྟ་ཞེས་ཟེར།། མཆོད་  
བཟོད་མཛད་པའི་དགོས་བ་ནི།། ཆ་བས་བརྒྱད་དང་གཞན་དག་ནི།། གཞུང་ལུགས་མཛེས་  
པའི་གྱིར་ཟེར་ཡང་།། རང་ལུགས་དང་བ་བསྐྱེད་གྱིར་ཡིན།། གོ་ངེས་ཚུལ་ལ་ཁ་ཅིག་ནི།། སྤྱིང་  
གཞིར་བསྐྱུན་ཟེར་གཞན་དག་ནི།། རྒྱན་གྱི་གདུལ་བྱ་ཐེག་གསུམ་ལ།། རིམ་འཇུག་ཆེད་དུ་ཡིན་  
ཟེར་ཞིང་།། ལ་ལ་སྤྱིར་བཏང་གདུལ་བྱ་ནམས།། དེ་ལྟར་མཇུག་པའི་ཆེད་ཡིན་ཟེར།། གསུམ་ག་  
མི་འཐད་རང་ལུགས་ནི།། ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ངེས་བས་ཡིན།། བསྟོད་ཡུལ་ཡུམ་གྱི་ངོས་འཛིན་  
ལ།། ཁ་ཅིག་འབྲས་ཡུམ་ཁོ་ནར་བཞེད།། ལ་ལས་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་དང་།། གཞན་དག་  
སྐྱེ་མེད་གསུམ་རྟོགས་པའི།། མཁྱེན་གསུམ་ལ་བཞེད་གསེར་སྤང་ལས།། གསུམ་དུ་ལམ་ཀྱུན་  
འདུས་པར་གསུངས།། རང་ལུགས་སྤྱིར་ནི་ཤེས་རབ་ལ།། ཡུམ་དུ་གསུངས་ཀྱང་སྐྱབས་འདིར་  
ནི།། དངོས་བསྟན་མཁྱེན་པ་གསུམ་ལའོ།། དངོས་ལུགས་ཅི་རིགས་དབང་བྱས་ན།། མདོན་



ཉགས་བརྒྱད་ཀ་བསྟོད་ལུལ་ལོ། ལུམ་སྤུལ་དོན་ལ་ཤེད་བས། རླུང་བྱེད་གསོ་བྱེད་པན་  
 འདོགས་བྱེད། གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་ལུམ་དུ་བཞེད། ཨར་ལ་སོགས་པས་ལུམ་སྤུལ་དོན། རྣམ་  
 པར་གཞག་བྱ་འདོག་བྱེད་དང་། རང་ལུགས་བརླུང་བྱ་བླུང་བྱེད་དེ། གསེར་སྤེང་པན་བྱ་པན་  
 བྱེད་བཞེད། དབང་ཚོན་དང་བ་སྟེ་ཚུལ་ནི། བདེན་པའི་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱིས། གཞོད་  
 པ་ཡོད་མེད་བརྟགས་བྱས་ཏེ། མེད་པར་མཐོང་ན་སྟེ་བ་ཡིན། དེས་ན་འདི་ཡི་མཐའ་དབྱེད་  
 བ། རང་རྒྱུད་ལུགས་གྱི་དགག་བྱ་ནི། གཞོད་མེད་སྟོ་ལ་སྤྲང་དབང་གིས། བཞག་ཅམ་  
 མིན་པའི་སྟོད་ལུགས་སོ། གང་དེ་འགོག་བྱེད་གཏན་ཆོགས་ལ། རོ་སོར་དབྱེད་པ་གཅིག་དུ་  
 བྲལ། རྒྱར་དབྱེད་རྡོ་རྗེའི་གཟེགས་མ་དང་། འབྲས་དབྱེད་ཡོད་མེད་སྟེ་འགོག་དང་། བྲངས་  
 དབྱེད་ལྷ་བཞེར་སྟེ་འགོག་དང་། རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་རྟེན་འབྲེལ་ལོ། དང་སོར་དགག་བྱ་ངེས་  
 པ་དང་། རྒྱབ་པ་ངེས་དང་གཅིག་བྲལ་ངེས། དུ་བྲལ་ངེས་པའི་ཆད་མ་བཅས། གནད་བཞི་ཆད་  
 བྱེར་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས། ཅ་པའི་རྟགས་ཀྱིས་བདེན་མེད་དང་། ཆ་བཅས་རྟགས་ཀྱིས་གཅིག་  
 བྲལ་དུ། བསྐྱབ་པའི་རྗེས་རྒྱབ་ངེས་པ་ལ། རྟགས་ཀྱི་མཆོན་གཞི་ངེས་བྱེད་དང་། དགག་  
 ཆོས་བསྐྱབ་ཆོས་དངོས་འགལ་དུ། ངེས་བྱེད་དགག་བྱའི་ཆོས་དང་རྟགས། གཞི་མཐུན་  
 འགོག་པའི་ཆད་མ་སྟེ། ཆད་མ་གསུམ་གསུམ་སྟོན་འགྲོ་དགོས། གཅིག་དང་དུ་མ་དངོས་  
 འགལ་དུ། ངེས་པའི་ཆད་མའི་བྱེད་པ་ལས། ཆད་མ་ཐ་མ་ངེས་གསུངས་ཀྱང་། ཤིན་ཏུ་སྤ་  
 བས་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད། མཁྱེན་པ་གསུམ་ཀྱིས་མངོན་རྟོགས་བརྒྱད། བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་ལོ་རྒྱ་  
 བས། རྒྱ་མཆོས་ཚུ་ཐིགས་བསྐྱས་པ་བཞིན། ཆེ་བས་རྒྱང་བ་བསྐྱས་པར་གསུངས། འབྲེས་  
 བྱི་སོར་སོས་ཁུ་རྒྱར་ལྟར། རང་བཞིན་ཀྱིས་བྱི་གནས་སྐབས་བསྐྱས། ཨར་བྱང་མཁྱེན་  
 གསུམ་མཆོན་བྱེད་ཆོས། ལུམ་རུས་གཞན་ལྷ་བསྐྱས་ལ་བཞེད། རང་ལུགས་མཁྱེན་གསུམ་  
 ཉམས་ལེན་དུ། དངོས་བརྒྱད་ཉམས་ལེན་འདུ་བས་ཡིན། ལྷང་འདས་རོ་སོ་ཉོན་སྤྱི་བ་

ཀྱུ།། སྤངས་པའི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་སྟེ།། རང་བཞིན་མི་གནས་ལྷག་ལྷག་མེད།། སྤང་  
འདས་བཞི་ལས་ཐ་མ་གསུམ།། དངོས་ཡིན་དང་སོ་བརྟགས་པའོ།། བྱེ་སྤྲུམ་སྤང་འདས་མ་ཡིན་  
དགག། མདོ་སྟེས་མེད་དགག་ཉིད་དུ་འདོད།། ཀྱུན་འབྱུང་སྤངས་པ་གཞིར་བཅས་པ།། སྤང་སོའི་  
རྒྱུན་དང་བཅས་མ་བཅས།། ཅམ་ལ་ལྷག་བཅས་ལྷག་མེད་ཀྱི།། སྤང་འདས་འདོད་པ་འཐད་  
མིན་ཏེ།། ལྷག་བཅས་རྒྱུད་ལ་ལས་ཡོད་ཕྱིར།། རང་ལུགས་ཉོན་མྱིབ་སྤངས་པའི་ཐོག། སྤང་  
སོར་བཅས་དང་མ་བཅས་སོ།། ལྷག་མེད་ཆེ་ན་འདུ་བྱེད་ཀྱི།། འདུག་པ་མཐའ་དག་ལྡོག་པར་  
འདོད།། ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་སེམས་ཅམ་ཡང་།། དེ་ལྟར་འདོད་དེ་རིགས་འབྲང་མིན།། དཔུ་  
མས་ཉན་རང་ལྷག་མེད་ཆོ།། རིགས་རྒྱུ་ཆད་པར་མི་བཞེད་པས།། དེས་ན་ཉེར་ལེན་སྤང་སོ་  
དང་།། བཅས་མ་བཅས་ལ་བཞེད་པར་གསལ།། གཞུགས་སྐྱེ་རྣམ་གཉིས་ཟག་མེད་ཀྱི།། སྤང་  
དང་བཅས་པས་ལྷག་བཅས་དང་།། ཆོས་སྐྱེ་དེ་དང་བྲལ་བས་ན།། ལྷག་མ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་  
ཡིན།། འདི་པས་ཐེག་ཆེན་སྤང་འདས་ནི།། རོན་དམ་ཅིག་ཤོས་ཀྱུན་རྫོབ་བཞེད།། ཐལ་འགྱུར་  
བས་ནི་སྤང་འདས་ལ།། རོན་དམ་བདེན་པས་བྱབ་པར་གསུངས།། སྤང་འདས་གཞིར་བྱས་  
བདེན་སྤང་གི།། ལྷག་མ་ཡོད་པས་ལྷག་བཅས་དང་།། དེ་ལས་ལྡོག་གང་ལྷག་མེད་དུ།། བཞེད་  
ཅིང་མངོན་དུ་བྱུང་ཆུང་སོགས།། རང་རྒྱུད་མན་ངག་གཏན་མི་འབྲ།། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ངོ་སོ་  
ནི།། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་ལུགས་གཉིས་ལས།། ཉན་ཐོས་སྟེ་པས་འཁོར་ལོ་དང་།། མཆོངས་པའི་  
དམ་ཆོས་ཉིད་ལ་བཞེད།། དང་སོ་གསུམ་ནི་ངོ་སོ་དང་།། བྱེད་དང་བྱ་བ་འབྲས་བུ་ལ།། བརྒྱས་  
པའོ་འདི་ནི་སྐྱུག་བསྟུལ་བ།། འཕགས་པའི་བདེན་པ་ཞེས་སོགས་སོ།། དབྱེ་ན་ལུང་རྟོགས་  
དམ་ཆོས་གཉིས།། དེ་ཡང་ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ནི།། བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་ཁོ་ན་སྟེ།། དབྱེ་  
ན་བརྒྱས་པའི་སྟོན་སྟེན་གསུམ།། བྱེད་ཆོས་སྟོན་སྟེན་བཅུ་གཉིས་སོ།། དང་སོ་གསུམ་ནི་ངོ་སོར་  
བརྒྱས།། བྱེད་པར་བརྒྱས་དང་བྱ་བར་བརྒྱས།། བྱེ་མ་བཅུ་གཉིས་འདི་ལྟ་སྟེ།། བརྒྱས་པ་རེ་རེའི་

ཆེན་ཡང་།། རིག་པ་མིག་སྒྲོ་ཤེས་པ་བཞི།། སྤྱི་བས་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་འགྱུར།། བཞི་  
ནི་སྦྱར་མཐོང་སྒྲོམ་མི་སྒྲོབ།། བཞི་དང་རིམ་བཞིན་སྦྱར་བར་བྱ།། དེ་བཞིན་རྟོགས་པའི་ཆོས་  
འཁོར་ཡང་།། བདེན་བཞི་རྟོགས་པའི་མཐོང་ལས་ལ།། བཞེད་ཅིང་དེ་ཡང་དབྱིག་བཤེས་  
ཀྱིས།། འཁོར་ལོ་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འགྲོ།། སྤྱོད་ཀྱི་འཇུག་མ་རྒྱལ་རྒྱལ།། རྒྱལ་བ་རྣལ་  
འགོད་མཐོ་བར་འཕར།། དམའ་བར་འབབ་པ་དེ་བཞིན་དུ།། བདེན་པ་སྦྱར་དུ་རྟོགས་པས་  
འགྲོ།། སྤྱུག་བདེན་བཏང་ནས་ཀྱན་འབྱུང་འཇུག། གཉེན་པོ་བྱེད་པས་མ་རྒྱལ་རྒྱལ།། སྤངས་  
པས་རྒྱལ་བ་རྣལ་དུ་འགོད།། རྩོམ་བཞིས་གོང་ལ་དམིགས་པས་འཕར།། ཆོས་བཞིས་འོག་ལ་  
དམིགས་པས་འབབ།། རྒྱ་དེས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཟེར།།

༥ གྱེ་སྤྱིའི་བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲོག་ནི།། འཁོར་ལོར་འཛིན་བྱེད་ལྟེ་བ་  
དང་།། གཙོད་བྱེད་ཅིབས་དང་སྤྱད་བྱེད་ཀྱི།། སྤྱུ་འཇུད་གསུམ་ཡོད་དེ་བཞིན་དུ།། མཐོང་བའི་  
ལས་ལ་འཕགས་ལས་བརྒྱད།། སྤྱི་བས་དག་ལས་འཆོ་བ་གསུམ།། རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པའི་  
ནང་འདུའིང་།། བསྐྱབ་པ་གཞན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པས།། ལྟེ་བ་དང་མཚུངས་ལྟ་རྟོག་ཅོལ།། ཤེས་  
རབ་ནང་འདུ་མི་མཐུན་སྟོགས།། གཙོད་པར་བྱེད་པས་ཅིབས་དང་མཐུན།། དཔ་ཉིང་གཉིས་ནི་  
སེམས་སྤྱུ་འདུ།། དམིགས་པར་འཛིན་པས་སྤྱུ་འཇུད་མཚུངས།། ཆོས་སྤང་ཆད་ནི་མཛོད་ཉིད་  
ལས།། ཁ་ཅིག་བསྟན་བཅོས་ཆད་ཅེས་ཟེར།། སྤང་པོ་ལ་སོགས་གཏམ་རེའང་ཡིན།། སྦྱོད་པ་  
རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི།། ཆོས་ཀྱི་སྤང་པོ་མཐུན་པར་གསུངས།། ཞེས་ཉེ་དེ་ལྟེ་ལུགས་གསུམ་  
ལས།། རང་ལུགས་བྱི་མ་འཐད་པར་བཞེད།། བྱིས་ཀྱི་ཁ་ཅིག་ཐུན་མོང་བར།། ཤོ་ལོ་སྦྱང་རེའོ་  
ཐུན་མིན་ན།། སྤང་ཆེན་ས་ལ་རབ་བརྟན་གྱིས།། བཀྱར་འོས་སྤྲུག་ཆས་བྲིས་ལ་བཞེད།།

༦ ཐེག་ཆེན་ལུགས་ལའང་སྤང་རྟོགས་ཀྱི།། དམ་ཆོས་གཉིས་ཡོད་སྤྱུ་མ་  
ལ།། རྒྱས་པར་བྱེན་ཆོས་ཀྱི་སྤང་།། བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་འབྲིང་དུ་ནི།། ཡན་ལག་བཅུ་

གཉིས་ཡང་ན་དགུ། བསྐྱུས་ན་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དུ་འདུ། རྟོགས་པའི་ཆོས་ལའང་ཆོགས་སྦྱར་  
 སོགས། དབྱེ་བ་མང་པོ་ཡོད་པར་གསུངས། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་ལ་གཉིས། མདོ་སྡེ་དགོངས་  
 འགེལ་ནས་གསུངས་པའི། འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། གཟུངས་རྒྱལ་གྱིས་  
 བྱས་མདོ་སྡེ་ནས། གསུངས་པའི་རིམ་གསུམ་རྣམ་གཞག་གོ། དང་པོར་དབྱ་སེམས་ལུགས་  
 གཉིས་ལས། སེམས་ཅན་ལ་བཞི་འདི་ལྟ་སྟེ། མདོ་སྡེ་འགལ་སྦྱོང་བྱི་བ་དང་། འགལ་བ་  
 དེ་སྦྱོང་ལན་དང་ནི། རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ངོས་བཟུང་བ། དེ་དག་གྲུབ་དོན་བྱས་པའོ། དང་པོ་  
 མདོ་སྡེ་དགོངས་འགེལ་ལས། བཙུག་ལྷན་འདས་གྱིས་ཞེས་སོགས་ཏེ། དོན་ནི་འཁོར་ལོ་  
 དང་པོའི་སྐྱབས། ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། བར་པར་སྡོག་སྟེ་གསུངས་པ་  
 གཉིས། རི་ལྟར་མི་འགལ་ཞེས་པའོ། གཉིས་པ་ལན་ནི་དགོངས་འགེལ་ལས། དོན་དམ་ཡང་  
 དག་འཕགས་སོགས་ཏེ། དོན་ནི་རོ་བོ་མེད་གསུམ་ལ། དགོངས་ནས་སྤར་ལྟར་གསུངས་ཞེས་  
 སོ། གསུམ་པ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་གསུམ། འོ་ན་གང་དང་གང་ཞེ་ན། ཀུན་བཏགས་ལ་སོགས་  
 གསུམ་རིམ་བཞིན། མཆོན་ཉིད་དང་ནི་སྦྱེ་བ་དང་། དོན་དམ་རོ་བོར་མེད་པའོ། དེ་སྐད་དུ་  
 ཡང་སུམ་ཅུ་པར། རོ་བོ་ཉིད་ནི་རྣམ་གསུམ་གྱི། རོ་བོ་ཉིད་མེད་རྣམ་གསུམ་ལ། དགོངས་  
 རྣམ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ནི། རོ་བོ་ཉིད་མེད་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ཞེས་ཏེ་དེ་ལྟར་ཤེས་དགོས་  
 སོ། ཀུན་བཏགས་མིང་བདས་བཞག་ཅན་གྱིར། མཆོན་ཉིད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་ཅིང་། གཞན་  
 དབང་གཞན་ལས་སྦྱེ་བའི་གྱིར། བདག་ཉིད་སྦྱེ་བའི་རོ་བོ་མེད། རྣམ་དག་དམིགས་པ་མེད་  
 པའི་གྱིར། དོན་དམ་རོ་བོ་འང་ཡོད་མ་ཡིན། ཡོངས་གྲུབ་ཆོས་བདག་བཅད་ཅན་གྱིར། དོན་  
 དམ་ཡིན་ཡང་རང་དབང་མིན། ཐེག་པ་བསྐྱུས་པའི་བསྐྱེད་བཙུན་ལས། མིང་གི་སྤྱོད་ལ་སྦྱོ་  
 མེད་གྱིར། མང་བའི་གྱིར་དང་མ་དེས་གྱིར། དེ་ཡིས་བདག་ཉིད་བདག་མང་དང་། བདག་  
 འདྲེས་འགལ་བས་འགྲུབ་པར་འགྱུར། ཞེས་པས་ཀུན་བཏགས་རང་མཆོན་འགོག་འོན་ཏེ་

བདག་མེད་ལྟ་བུ་ནི། མིང་བདུན་འཛོག་མི་རྣམས་པས་ནི། ཀྱན་བཏགས་མིང་བདུན་བཞག་  
གསུངས་པའི། མིང་བདུན་དེ་ལ་གཉིས་སུ་བྲ། གཞི་ལ་བཀར་ན་ཚུལ་གཉིས་ཏེ། གཟུགས་  
ཉིད་གཟུགས་ཀྱི་གཞན་དབང་སྟེ། དེ་ཉིད་དེ་སྤྲ་འཇུག་པའི་གཞིར། རང་མཆོད་གྱིས་གྲུབ་  
ཀྱན་བཏགས་དང་། བྱི་མས་སྤྲ་མ་སྟོང་པའི་ཆ། ཡོངས་གྲུབ་ཉིད་ཏུ་འདོད་པ་སྟེ། འདུས་  
བྲས་ཀྱན་ལ་སྟོར་བར་བྲ། འདུས་མ་བྲས་ལ་བྱད་པར་ནི། ནམ་མཁའ་འཛིན་པའི་ཆད་མ་  
ཉིད། འདུས་བྲས་ཀྱན་ལ་སྟོར་བར་བྲ། ཅིག་ཤོས་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ། མཆོད་ཉིད་གསུམ་  
ཀྱི་འཛོག་ཚུལ་ནི། དེ་འཛིན་ཆད་མ་དེའི་གཞན་དབང་། འཇུག་གཞིར་རང་གྲུབ་དེའི་ཀྱན་  
བཏགས། བྱི་མས་སྤྲ་སྟོང་དེའི་ཡོངས་གྲུབ། འདུས་མ་བྲས་ཆོས་ཀྱན་ལ་སྤྲ། བཞི་པ་གྲུབ་  
པའི་དོན་ཁྲིམ་པ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་དུས་དང་པོར། རྩ་ར་རྒྱ་སིར་ཞེས་པ་ནས། གནས་  
སུ་གྱུར་པ་མ་ལགས་སོ། ཞེས་པའི་བར་ཏེ་ཁྲིམ་ཚུལ་ནི། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་དུས་ལ་  
སོགས། འདི་ལྟར་གོ་ལགས་ཁྲིམ་པ་སྟེ། རྒྱས་པར་གཞུང་དུ་ལྟ་བར་བྲ། མདོ་སྡེ་གང་གི་  
སྤྲས་ཟིན་ལྟར། ཁས་ལེན་རུང་བ་ངེས་དོན་དང་། དེ་ལས་སྟོག་པ་བྱང་དོན་གྱི། མདོ་ཡི་  
མཆོད་ཉིད་ཡིན་པར་གསུངས། དབུ་མའི་ལྷགས་ལ་རང་རྒྱུད་དང་། ཐལ་འགྲུར་གཉིས་ལས་  
དང་པོ་ནི། སྤང་པོ་སྤང་པོའི་གཞན་དབང་སྟེ། དེ་ཉིད་བདེན་གྲུབ་དེའི་ཀྱན་བཏགས། སྤྲ་མ་  
བྱིས་སྟོང་དེའི་ཡོངས་གྲུབ། གཞན་ལ་འང་མཆོད་ཏེ་སྤྲ་བར་བྲ། དེ་བྱིར་དགོངས་པ་ངེས་  
འགྲུལ་འདིས། ཤེར་མདོ་ངེས་པའི་དོན་ཏུ་བསྐྱབ། འཕགས་སེང་ཞི་མཆོ་ཡབ་སྤྲས་ཀྱི། རྩེས་  
སུ་འབྲང་མེན་རིགས་པས་དབྱད། ཐལ་འགྲུར་ལྷགས་ཀྱིས་མཆོད་ཉིད་གསུམ། འཛོག་ཚུལ་  
སྤར་དང་སྟོགས་འབྲུལ་པ། འཁོར་ལོ་གསུམ་ཀྱི་བྱང་ངེས་ཚུལ། འདི་ལྟར་བར་པ་ངེས་དོན་  
མདོ། ཐ་མ་བྱང་དོན་དང་པོས་གྱང་། སྟོང་ཉིད་བསྟན་བྱིར་ངེས་དོན་འོས།

༥ གཉིས་པ་རིམ་གསུམ་རྣམས་བཞག་ནི། མདོ་ཆོད་དང་པོས་སྟོན་བྱེད་ལམ། གཉིས་

བས་སྒོལ་བྱེད་གསུམ་བས་ནི། ལྷ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐབས་ཚུལ་སྟོན། རིམ་བ་གསུམ་དང་  
 འཁོར་ལོ་གསུམ། འགལ་ལམ་མི་འགལ་ཅི་ཞེ་ན། ཐེག་བ་སོ་སོའི་གཞུང་ཡིན་ཕྱིར། དང་  
 གཉིས་འགལ་ལ་བར་བ་གཉིས། མི་འགལ་ཐ་གཉིས་འགལ་ཞེས་གསུངས། འདི་ནི་ཐལ་  
 འགྱུར་རང་ལུགས་ཏེ། ཞེ་འཆོ་ཡབ་སྐས་ལུགས་ལྟར་ན། འགལ་ལམ་མི་འགལ་དབྱེད་ལོས་  
 སོ། གཞི་གཉེན་ནམ་བ་གསུམ་ཆར་ཡང་། བསྐྱུས་ཕྱིར་རེ་རེ་ཁོ་ནའི་སྟོན། གང་ཡང་མེད་དོ་  
 བསྐྱུས་ཚུལ་ཡང་། རྒྱུ་གྱིས་མངོན་རྟོགས་བརྒྱད་བསྐྱུས་ཤིང་། གསུམ་གྱིས་འཕགས་བཞིའི་  
 མངོན་རྟོགས་སོགས། དངོས་པོ་བརྒྱད་ཆར་བསྐྱུས་བས་ཡིན། འདི་ཡི་ཤེས་བྱེད་བར་མའི་  
 ལུང་། རབ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་ཅེས་བ་ནས། རྣམ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བ་ཉིད། ཅེས་པའི་བར་  
 གྱིས་བསྟན་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་བསྐྱུས་རྒྱས་གཉིས་ལས་ཀྱང་། ཉན་ཐོས་ས་ལ་སྟོབ་འདོད་  
 བས། ལུས་ལ་བསྐྱབ་བར་བྱ་ཞེས་གསུངས། མདོ་ཆོན་དང་པོའི་གནད་བསྐྱུས་ན། ཤེས་  
 གཞི་ངས་བཟུང་རྟེན་གང་ཟག །ཤེས་བར་བྱེད་ཚུལ་རྒྱ་མཚན་དེས། གཞི་ཤེས་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 ཚུལ་ལོ། མདོ་ཆོན་འོག་མ་གཉིས་ལ་ཡང་། ཇི་ལྟར་རིགས་བར་སྦྱར་དགོས་སོ། ཤེས་  
 བསྐྱེད་ལམ་ནི་མི་རྟག་སོགས། རྟོགས་བྱེད་སྤྱི་ཅམ་ལ་བྱ་ཡི། ཉན་རང་རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་  
 པའི། ལམ་སོགས་གཞན་ལ་བྱར་མི་རུང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་བས་ལམ་ཐམས་ཅད། བསྐྱེད་  
 བྱ་ཤེས་བྱ་ཞེས་སོགས་ལ། ཡོངས་གྲགས་སྤྱི་དམིགས་གཉིས་སྦྱོར་ཡང་། གསེར་ཐེང་  
 ལྟར་ན་དེ་མི་རུང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་བས་ཉན་རང་གི །སྤངས་རྟོགས་གང་ནས་རྫོགས་སྟམ་  
 ན། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་དེས། སངས་རྒྱས་བ་དང་མཉམ་དུ་རྫོགས། འོན་ཀྱང་གཡག་  
 རོང་བཞེད་ཚུལ་ནི། འདི་དང་མི་འབྲ་གཞུང་ན་གསལ། རྐབས་འདིར་སྟོན་ལམ་རྫོགས་བ་  
 དང་། སེམས་ཅན་སྟོན་དང་ཞིང་ཁམས་སྤྱངས། གསུམ་པོ་མ་བྱས་དེ་སྤིད་དུ། ཡང་མཐའ་  
 མངོན་དུ་མི་བྱ་ཞེས། གསུངས་པའི་རྫོགས་སྟོན་སྤྱངས་ཆད་ལ། བཞེད་ཚུལ་མང་སྟེ་ཁ་

ཅིག་ནི། ཆོས་ཉིད་དང་ལས་མ་གཡོས་པར། གཞན་དོན་བྱེད་ཀྱས་དང་པོའི་ཆད། བྱང་  
སེམས་ལམ་གྱི་གདུལ་བྱ་རྫོགས། གཉིས་པའི་ཆད་ཟེར་དེ་ལྟ་ན། དེ་གསུམ་མ་བྱས་དེ་སྤེད་  
དུ། ཡང་མཐའ་མངོན་དུ་མི་བྱ་ཞེས། གདམས་དེ་ཆོས་སྐྱ་མ་ཐོབ་བར། ཆོས་སྐྱ་མངོན་དུ་མི་  
བྱ་ཞེས། གདམས་པར་སོང་བས་བཞད་གདེ། རང་ལུགས་དེ་དེའི་དགོ་ཅ་ནམས། ཀྱས་  
པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ལ་བཞེད། འདིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་ཞེས་པ། ཁ་ཅིག་བཞེད་ཚུལ་  
མང་མོད་ཀྱང་། རང་ལུགས་བྱབ་པ་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི། སྤྱག་བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་ལ་བཞེད། དེ་  
ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་ཚུལ་ལ། གཙོ་པལ་གཉིས་ཡོད་གཞུང་ན་གསལ། དགོས་སོགས་ཆོས་  
ལ་བཞི་ཆན་གཉིས། བསྟན་བཅས་ལུས་ཀྱི་དབང་བྱས་ན། དངོས་བརྒྱད་བརྗོད་བྱ་དེ་  
རྫོགས་དགོས། ཆོས་སྐྱ་ཉིད་དགོས་བྱི་མ་བྱི། སྤྲ་མ་སྤར་སྟོས་འབྲེལ་བའོ། དགོས་འབྲེལ་  
དག་གི་དབང་བྱས་ན། ལུས་ཀྱི་ཆོས་བཞི་དེའི་བརྗོད་བྱ། དེ་རྫོགས་དགོས་པ་འབྲུག་ཉིད་  
དགོས། སྤྲ་བྱིར་རག་ལས་འབྲེལ་བའོ། གང་ཞིག་བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་ལྟ་ན། དགོ་བའི་  
ཆོས་དང་འབྲེལ་ལ་སོགས། ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་གསུང་། བཀའ་ཡི་རོ་བོར་རྒྱད་ཆུང་  
གསུང་། དབྱེ་ན་གསུམ་སྟེ་ཞལ་ནས་དང་། རྗེས་གནང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའོ། འཆོས་སྐྱོབ་  
གཉིས་ལྟན་བསྟན་བཅས་ཏེ། དབྱེ་སྟོ་གསུམ་ལས་བརྗོད་བྱའི་སྟོས། དོན་མེད་དོན་ལོག་དོན་  
དང་ལྟ་ན། དགོས་པས་ཐོས་ཅོད་སྐྱབ་ཕྱར་ལེན། ཀུན་སྟོང་སྟོན་ས་ངན་གཡོ་དང་། བཅེ་བྲལ་  
སྤྱག་བསྐལ་སྟོང་བའོ། དང་པོ་གཉིས་གཉིས་བྱི་པའི་སྟེ། ཐ་གསུམ་ནང་པའི་བསྟན་བཅས་  
སོ། གསེར་བྱང་ལྟར་ན་བཀའ་བསྟན་གཉིས། མི་འགལ་ནམ་བཤད་ལྟོག་སྟེ་བཞེད། གཞུང་  
ལ་ཤེར་བྱིན་བཏགས་པ་སྟེ། འབྲས་བྱ་དངོས་ཡིན་གསེར་བྱང་ནི། ལམ་ཡང་དངོས་ཏེ་ཤན་  
ཏི་པས། དེ་ལ་ལམ་གྱིས་བྱབ་པར་གསུངས། བསྐྱས་དོན་གང་ལས་རྗེ་ལྟར་འཕྲོས། འདིར་  
བསྟན་དངོས་བརྒྱད་བྱངས་ངེས་སོགས། ཅུང་ཟད་སྤྲ་བྱིར་མ་བྱིས་ཏེ། ཤེས་པར་འདོད་ན་



གཞུང་དུ་ལྷོས།། འབྲེལ་ཆེན་དོན་ནི་གཙོ་པལ་ཏེ།། དངོས་བཏགས་མིན་ཞེས་གསེར་སྒྲེང་  
དུ་ལོ།། ཆོས་བཅུས་ནམ་མཁེན་མཆོན་ལུགས་ནི།། རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་མཆོན་ཟེར་ཡང་།། ལུལ་  
གྲིས་ལུལ་ཅན་མཆོན་པ་སྟེ།། དེ་བཅུ་རྟོགས་པས་དེར་འཛོག་ཕྱིར།།

༥ སེམས་བསྐྱེད་མདོ་ལས་བསྟན་ཚུལ་ནི།། བྱང་ཆུབ་ཆོས་ཀྱི་རྟོགས་འདོད་  
པས།། ཤེར་ཕྱིན་ཉིད་ལ་བཅོན་སོགས་སོ།། སྟོན་སེམས་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་ལ།། འགྲོ་བ་དྲུག་  
ཀ་ཡོད་པར་གསུངས།། འོན་ཏེ་ཡི་དྲགས་ལྷ་མིན་ལ།། མཚུངས་པར་སྦྱར་གྱི་ལུང་དངོས་  
མེད།། ལྷ་མ་ཡིན་ལ་ལུང་མེད་ཀྱང་།། ཡི་དྲགས་ལ་ཡོད་འགའ་ཞིག་གསུངས།། འཇུག་  
སེམས་གསར་སྐྱེའི་ལུས་རྟེན་དང་།། འཇུག་སྟོན་གསར་སྐྱེའི་ལུས་རྟེན་གཉིས།། གཅིག་པར་  
གསུངས་པ་ཅུ་ཞིག་ལས།། ལུས་རྟེན་གསལ་ཁ་མེད་པས་དབྱེད།། སེམས་རྟེན་ལ་གསུམ་  
རྒྱལ་ལ་དད།། སེམས་ཅན་དམིགས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་དང་།། རྒྱལ་སྐས་སྦྱོད་ལ་དད་པ་སྟེ།། ཁྱད་  
པར་འཇུག་སེམས་སེམས་རྟེན་ལ།། སྟོན་སེམས་ཉིད་ཀྱང་དགོས་པར་གསུངས།། རྒྱ་བཞི་  
རྒྱུ་བཞི་སྟོབས་བཞི་ལས།། སྐྱེ་བར་གསུངས་པའི་རྒྱ་བཞི་ནི།། ཐེག་ཆེན་རིགས་སད་བཤེས་  
ཀྱིས་ཟིན།། བཅེས་ཟིན་དཀའ་སྦྱད་བཟོད་པའོ།། རྒྱུ་བཞི་འདི་ལྟར་བྱང་སེམས་ཀྱི།། ལུས་བྱུང་  
ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་དང་།། བྱང་སེམས་སྟེ་སྦྱོད་ཐོས་པ་དང་།། ཐེག་ཆེན་བསྟན་ཉམས་མི་བཟོད་  
དང་།། སེམས་བསྐྱེད་དགོན་པར་མཐོང་ནས་སོ།། སྟོབས་བཞི་འདི་ལྟར་རང་གི་སྟོབས།། གཞན་  
སྟོབས་སྟོམ་སྟོབས་སྦྱོར་སྟོབས་དང་།། ལྷག་བསྐལ་ལ་ལྷོས་ལྷོས་པ་དང་།། གོམས་དང་  
བཤེས་ཀྱི་འིན་ལས་སོ།། དེ་ལྟར་རྒྱ་རྒྱུ་ཆེན་མང་གསུངས་ཀྱང་།། བསྐྱེད་པ་རྒྱ་འབྲས་བདུན་མ་  
དང་།། བདག་གཞན་བརྗེ་ཚུལ་གཉིས་སུ་འདུ།། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་འོ་བོ་ལ།། གཞན་ཀྱི་  
བཞེད་ཚུལ་མང་མོད་ཀྱི།། རང་གི་ལུགས་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར།། ཡང་དག་རྫོགས་སངས་གཉིར་  
སེམས་སོ།། འོ་བོའི་སྟོན་སྟེན་དབྱེ་ན་གཉིས།། སྟོན་སེམས་དང་ནི་འཇུག་སེམས་སམ།། ཡང་ན་

ཀྱན་རྫོབ་དོན་དམ་སྟེ། དངོས་བཏགས་ཁྱད་པར་འབྱེད་དགོས་སོ། ས་མཆམས་སྒོ་ནས་མོས་  
པ་སྦྱོད། ལྷག་བསམ་དག་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན། སྦྱིབ་པ་སྦྱངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ། ཆོགས་  
སྦྱོར་མ་དག་ས་བདུན་དང་། དག་པ་གསུམ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི། ས་དག་རིམ་བཞིན་སྦྱར་  
བར་བྱ། དགོས་ཆེད་སྒོ་ནས་བྱུགས་རྗེ་དང་། མཉམ་དང་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེ་ཐོགས་སྒོ་  
ནས་ས་ལ་སོགས། རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་སོ།

༥ བྱང་ཆེན་ཡོད་བཞིན་བྱང་ཆེན་ཉིད། ཡང་དག་མི་མཐོང་ཞེས་སོགས་དང་། སྦྱོབ་  
དང་བདེན་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས། གདམས་དག་བསྟན་ཅིང་དེར་དབྱེ་ན། བཅུ་སྟེ་དོས་འཛིན་  
གཞུང་ན་གསལ། སྐབས་འདིར་ཅུང་ཟད་མཐའ་དབྱེད་ན། ལྷ་སྟེ་དང་པོར་ཉན་པའི་ཉེན། ལམ་  
མ་ཞུགས་ནའང་ཡོད་མོད་ཀྱི། གཙོ་བོ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་ནས། གཉིས་པ་རྒྱ་ནི་ཆོས་རྒྱན་  
ཀྱི། ཉིང་དེ་འཛིན་ཏེ་གཙོ་བོར་དགོངས། གསུམ་པ་གང་ལས་ཉན་པའི་ཡུལ། སྦྱེ་འཕགས་  
ཅི་རིགས་ཡོད་པར་གསུངས། བཞི་པ་དོ་བོ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི། ཆེད་དུ་གཉེར་བྱ་ཐོབ་པའི་  
ཐབས། མ་ཞོར་སྟོན་པའི་རྫོང་བྱེད་དེ། ཐེག་ཆེན་དབང་དུ་བྱས་པའོ། ལྷ་པ་དབྱེ་ན་འདོམས་  
པ་དང་། རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་གདམས་དག་གཉིས། དེ་ཡང་ཐོབ་ཐེན་སྟེལ་བ་དང་། མ་ཐོབ་  
ཐོབ་པར་བྱེད་པའོ། ས་མཆམས་སྐབས་འདིར་མ་གསུངས་ཀྱང་། ལམ་མ་ཞུགས་ནའང་ཡོད་  
པར་མངོན། བྱང་ཆེན་ཡོད་བཞིན་ཡང་དག་ཏུ། མི་མཐོང་ཞེས་པས་ཤེས་རབ་དང་། འདམ་  
བྱའི་ཆལ་ལམ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས། ཐབས་སྒོས་ཁྱད་པར་འཕགས་པར་བསྟན། ཆལ་བྱག་  
རྟོགས་པའི་ཆོས་བྱག་དང་། སྦྱར་ཏེ་དེ་ཡང་ངེས་འབྱེད་བཞི། མཐོང་སྒོམ་གཉིས་དང་བཅས་  
པའོ། སོ་སོར་ཆོས་མཐུན་སྦྱར་ཚུལ་ནི། གཞུང་ན་གསལ་ཏེ་འདིར་མ་བྲིས། ཆལ་བྱག་ལྟ་  
བྱའི་ཉན་ཐོས་ལས། བྱང་སེམས་ཁྱད་དུ་འཕགས་གསུངས་པའོ། དེ་འབྲའི་བྱང་སེམས་གང་  
ཞེ་ན། མཐའ་གཞན་ཁེགས་པས་མོས་སྦྱོད་ཀྱི། ས་ལ་གནས་པའི་སེམས་པར་བྱུབ།

༥ བདེན་གཉིས་ཚུལ་ལ་ཅུང་དབྱད་ན།། དབྱེ་བ་གངས་ངེས་ངོ་མོ་དང་།། དེ་ཉིད་  
གཞན་ཉིད་དབྱད་པ་སྟེ།། དང་པོར་ཤེས་བྱ་གཞིར་བྱས་ཆོ།། གུན་རྫོབ་དོན་དམ་གཉིས་སུ་  
དབྱེ།། གཉིས་པ་གཉིས་དེར་གངས་ངེས་པར།། ལུང་དང་རིགས་པས་བྱལ་བ་ཡིན།། གསུམ་  
པ་ཚད་མ་ནམ་གཉིས་ཀྱི།། ཉིད་དོན་སོ་སོའི་ངོ་མོར་གསུངས།།

༥ བཞི་པ་བྱས་དང་མི་རྟག་བཞིན།། ངོ་མོ་གཅིག་ལ་ཕྱོག་པ་གཞན།། རྫོག་ལ་གཞིད་  
བྱེད་བཞི་བཞི་འབྱུང་།། སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་བདེན་བཞི་ལ།། ཅུང་ཟད་དབྱད་ན་གངས་ངེས་  
དང་།། གོ་རིམ་ངེས་དང་ངོ་མོ་དང་།། སྒྲ་དོན་ཁྱད་ཆོས་བཅུ་དྲུག་སྟེ།། ལྷ་པའི་སྒོ་ནས་ཤེས་  
པར་བྱ།། དང་པོ་འཁོར་བར་འཇུག་ཕྱོག་གི།། དབང་གིས་བདེན་པ་བཞིར་ངེས་ཏེ།། འཇུག་པའི་  
རྒྱ་འབྲས་དང་གཉིས་དང་།། ཕྱོག་པའི་རྒྱ་འབྲས་བྱིས་གཉིས་སོ།། གཉིས་པ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཤེས་  
བྱས་ནས།། གུན་འབྱུང་སྟོང་ལ་འཇུག་པ་སོགས།། འདིར་ནི་མངོན་རྟགས་སྟེ་རིམ་སྟེ།། གཞན་  
ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ།། གསུམ་པ་སོ་སོའི་ངོ་མོ་ནི།། རྒྱས་པར་གཞུང་དུ་མངོར་བསྐྱུས་  
ན།། གང་ཞིག་གང་གིས་སྤྱག་བསྐྱལ་བ།། སྤྱག་གུན་གཉིས་ཀྱི་ངོ་མོ་སྟེ།། གང་ཞིག་གང་  
གིས་གཏན་འགོག་པ།། འགོག་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་མོ་འོ།། བཞི་པ་འཕགས་པས་གཟིགས་པ་  
ལྟར།། བདེན་གྱི་བྱིས་པས་མིན་པས་ན།། སྤྱག་བསྐྱལ་འཕགས་པའི་བདེན་ཞེས་ཏེ།། གཞན་  
ལའང་ངི་ལྟར་རིགས་པར་རོ།། ལྷ་པ་ཁྱད་ཆོས་བཅུ་དྲུག་ནི།། མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱལ་སྟོང་བདག་  
མེད།། རྒྱ་དང་གུན་འབྱུང་རབ་སྟེ་རྒྱུན།། འགོག་ཞི་གུ་ལོམ་ངེས་པར་འབྱུང་།། ལམ་རིག་སྐྱབ་  
པ་ངེས་འབྱེན་ནོ།། ལོག་ཞུགས་བཅུ་དྲུག་འདི་ལྟ་སྟེ།། གཙང་དང་བདེ་དང་རྟག་དང་བདག་།། རྒྱ་  
མེད་རྒྱ་གཅིག་མི་མཐུན་གཉིས།། ཡེ་མེད་ཟག་བཅས་ཉོན་མོངས་ཕྱོག་།། མེད་མིན་ཡིན་དང་  
མེད་འཛིན་པའོ།། སྐྱབས་གསུམ་སྐྱབས་འདིར་མཐའ་དབྱད་ན།། དགོས་པ་ངོ་མོ་ཁྱད་པར་  
དང་།། སྒྲ་དོན་སྐྱབས་སུ་སོང་ཚུལ་ཏེ།། དང་པོ་གསུམ་དུ་གཞག་པ་ནི།། རིགས་ཅན་གསུམ་

དང་བྱེད་གསུམ་ལ། མོས་པ་གསུམ་གྱི་དབང་བྱས་ནས། སྐབས་གསུམ་ནམ་པར་བཞག་  
པའོ། གཉིས་པ་ཉན་ཐོས་ལུགས་ལྟར་ན། བྱེད་ཆོས་གཉིས་དང་ཟླ་ངན་འདས། རིམ་བཞིན་  
སངས་རྒྱུ་དགོ་འདུན་དང་། ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོར་འཛོག་པ་ཡིན། ཐེག་ཆེན་ལྟར་ན་འདུས་མ་  
བྱས། ལྷན་གྱིས་བྱུ་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་ནི། བརྒྱད་ཆོན་གསུམ་པོ་གོ་རིམ་བཞིན། སངས་  
རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་འཛོག་ །གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་དོན་དམ་གྱི། སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པར་འདི་ལྟ་  
སྟེ། བཟོད་པ་མཐར་ཐུག་དོན་དམ་དང་། མཐར་མ་ཐུག་པ་ཀུན་རྫོབ་པོ། དེ་ཕྱིར་ལུང་དང་  
ལམ་བཤེན་དང་། ཟླ་ངན་འདས་དང་དབྱ་བཅོམ་ནམས། རིམ་བཞིན་སྤངས་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་  
ཕྱིར། མེད་ཕྱིར་འཛིགས་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། དོན་དམ་སྐབས་སུ་འོས་མིན་ནོ། འོན་ཏེ་  
བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཞེས་པ། རྒྱུད་སྒྲའི་འགྲེལ་པར་འདུས་བྱས་ལ། གསལ་བར་གསུངས་པས་  
གཟུགས་སྐྱ་གཉིས། གང་དུ་གཏོགས་མིན་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད། བཞི་པ་དཀོན་མཆོག་ཅེས་བྱ་  
བའི། སྤྱི་ཡི་དོན་ནི་འབྱུང་དཀོན་དང་། ཇི་མ་མེད་དང་མཐུ་ལྡན་དང་། རྒྱན་དང་མཆོག་  
དང་འགྱུར་མེད་པས། འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་དེ་སྐད་དོ། ལྷ་པ་སྐབས་སུ་འཕྲོ་ཚུལ་ནི། ལམ་  
རིམ་ལྟར་ལས་གཞན་དུ་མེད། བྱ་བ་ངན་ལ་ཞེན་པ་དང་། སྦྱིད་ལུག་བདག་བརྟན་ལེ་ལོ་  
ཡི། གཉིན་པོར་རིམ་བཞིན་མ་ཞེན་དང་། མི་ངལ་ལམ་ཡོངས་འཛིན་པའོ། སྐྱན་ལྷ་སོ་སོའི་ངོ་  
བོ་ནི། ཤ་ཡིས་སྟོང་གསུམ་གཟུགས་ཀུན་མཐོང་། ལྷ་ཡིས་འཆི་འཕོ་སྤྱེ་བ་ཤེས། ཤེས་པས་  
བདག་མེད་སྤྱི་རགས་རྟོགས། ཆོས་ཀྱིས་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཤེས། ཐ་མས་ཆོས་ཀུན་  
མཁྱེན་པར་གསུངས། འོ་ན་སུ་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། སྤྱི་གཉིས་ཕྱི་པ་ལའང་སྟེ། ཐ་གསུམ་འཕགས་  
པའི་རྟེན་ལའོ། ཀུན་གྱང་སེམས་རྟེན་བསམ་གཏན་གྱི། དངོས་གཞི་ཉིད་ལ་བརྟེན་པར་  
གསུངས། དབང་སོགས་ས་མཚུངས་བརྟེ་ཚུལ་ནི། དེ་ཡང་མེད་པའི་གང་ཟག་གིས། འདོད་  
པའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས། འདོད་པའི་ཤེས་པས་འདོད་གཟུགས་ལ། བལྟས་ཆེ་བཞི་

ཆར་ས་མཚུངས་ཏེ། གུན་ཀྱང་འདོད་སར་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། གཞན་ཡང་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་མིག་དབང་ལ། བརྟེན་ནས་དེའི་གཟུགས་ལྟ་བུའི་ཆོ། མཚུངས་དང་མི་མཚུངས་ཆ་གཉིས་ཡོད། འདི་ལྟར་དབང་ཡུལ་དང་པོའི་ས། གཞན་གཉིས་འདོད་སར་མཚུངས་པས་ཡིན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་གང་ཟག་གིས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་མིག་དབང་ལ། བརྟེན་ནས་རང་སའི་གཟུགས་བལྟས་ཆོ། བཞི་ཆར་དེ་ཡི་ས་རྩ་མཚུངས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་གང་ཟག་གིས། དེ་ཡི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས། འདོད་པའི་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་ཆོ། ཡུལ་འདོད་གཞན་གསུམ་རང་སར་མཚུངས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་གང་ཟག་གིས། གཉིས་པའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་ཡི་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་ཆོ། དབང་ཡུལ་གཉིས་པ་གཞན་དང་པོ། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་གང་ཟག་གིས། བཞི་པའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས། གཉིས་པའི་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་ཆོ། གུན་ཀྱང་ས་མི་མཚུངས་པ་ཡིན། འདི་ལྟར་དབང་རྟེན་ཡུལ་ཤེས་བཞི། རིམ་བཞིན་བསམ་གཏན་བཞི་ཡི་ཕྱིར། དེ་ཡང་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི། དབང་ཤེས་གང་ཡིན་དང་པོར་གཏོགས། འོན་ཏེ་གཉིས་པའི་དབང་ཤེས་ནི། དེར་མི་གཏོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི། གོང་སའི་ཤེས་པ་འོག་ས་ཡི། དབང་པོར་མི་བརྟེན་འོན་ཏང་ནི། འོག་སའི་དབང་ཤེས་གོང་ས་ཡི། དབང་པོར་བརྟེན་པ་ཡོད་དོ་ལོ། གོང་སའི་ལུས་ལ་འོག་ས་ཡི། དབང་པོ་མཛོན་དུ་གྱུར་པ་མེད། དེ་བཞིན་འོག་སའི་དབང་པོ་ལས། གོང་སས་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་མི་མཐོང་། དེ་སྐད་དུ་ཡང་མཛོད་ཉིད་ལས། ལུས་ལ་འོག་མའི་མིག་མ་ཡིན། མིག་གིས་གོང་མའི་གཟུགས་མ་ཡིན། ཞེས་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ཡིན། ས་མཚན་དང་བཞི་ཆོགས་སྦྱོར་དང་། མཐོང་ལམ་མཉམ་རྗེས་བཞི་ན་ཡོད། ལྷ་པ་རྗེས་མཐུན་བརྒྱད་པ་ནས། དངོས་གནས་སངས་རྒྱས་ས་ནའོ། གསེར་ཐང་ལྟར་ན་ལྟ་ཡི་མིག་ཆོགས་ལམ་ནས་ཡོད་ཐ་མ་ནི། བདུན་པ་ནས་ཀྱང་ཡོད་པར་གསུངས། དབྱེད་ན་ལམ་མ་ཞུགས་

ནས་ཀྱང་། དང་གཉིས་ཡོད་པ་མི་འགལ་ལོ། སྤྱན་ལྷ་སོ་སོའི་བྱེད་ལས་ནི། འདིར་མ་གྲིས་  
ཏེ་གཞུང་ན་གསལ།

༥ མངོན་ཤེས་དྲུག་ནི་རྩ་འབྲུལ་དང་། ལྷ་ཡི་ན་བ་གཞན་སེམས་  
ཤེས། སྔོན་གནས་རྗེས་དབྱ་ལྷ་ཡི་མིག །ཟག་པ་ཟད་པའི་མངོན་ཤེས་ཏེ། ལྷ་ཆོག་སྤྲུལ་  
བསྐྱར་སྤྲུལ་ཀྱང་ཐོས། ཆགས་སོགས་ཤེས་དང་ཆེ་རབས་དབྱ། སེམས་ཅན་འཆི་འཕོ་སྤྱེ་བ་  
ཤེས། སྤྱི་བ་གཉིས་སྔོང་བར་བྱེད་པ་སྟེ། གོ་རིམ་ངེ་བཞིན་དེ་ནམས་ཀྱི། རོ་བོ་ཉིད་དུ་ཤེས་  
པར་བྱ། རྟེན་ནི་གསར་ཐོབ་དབང་བྱས་ན། དང་ལྷ་འདོད་པའི་རྟེན་ལ་སྟེ། ཅིག་ཤོས་གསུམ་  
གའི་རྟེན་ལ་ལོ། སེམས་ཀྱི་རྟེན་ནི་དང་སོ་ལྷ། དག་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་ལས་དང་། བ་  
མ་རབ་མཐའི་བཞི་པ་ལ། བརྟེན་ནས་སྤྱེ་བར་ཀྱན་བརྟུས་གསུངས། དེ་ནི་འདོད་ནས་སྤྱི་  
ཅེའི་བར། ལྷགས་འབྲུང་ལྷགས་ལྷོག་ཟུང་གཅིག་དང་། སྤྲར་ཡང་འདོད་ནས་བཞི་པའི་  
བར། སྤྲུམས་ཞུགས་བཞི་པ་ཉིད་ལ་འདོད། འོན་ཏེ་མངོན་པ་ཀྱན་བརྟུས་ནས། བསམ་གཏན་  
བཞི་གར་རབ་མཐའ་བཞུགས། རྩ་ནི་རང་ལྷས་ཡང་སོགས་སུ། མོས་ལས་བྱུང་བར་མདོ་རྩན་  
གསུངས། ལྷ་ཡི་སྤྱན་དང་མིག་གི་བྱེད། སྔོན་དང་ད་ལྷའི་རྩ་ལས་ཡིན། དེ་དག་ནམས་ཀྱི་  
བྱེད་ལས་ནི། དད་པར་བྱེད་དང་དགོ་ལ་བསྐྱུལ། སྔོན་རུང་བྱེད་དང་སྔོན་རུང་བྱེད། འཕགས་  
ནམས་བྱམས་བྱེད་ལུང་བསྐྱར་ཐོབ། ས་མཆོམས་ཟག་ཟད་འཕགས་ལ་སྟེ། གཞན་ལྷ་ལམ་མ་  
ཞུགས་ནའང་ཡོད། དེ་དག་བསྐྱེད་པའི་དགོས་པ་ནི། ཤིན་རྒྱ་མང་སྟེ་འདིར་མ་གྲིས།

༥ མངོ་ལས་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི །དབྱེ་བ་ཞེ་བརྒྱད་གསུངས་པ་  
སོགས། སྐབས་འདིར་ཉི་ཤུར་བསྐྱུས་ནས་ཏེ། ཞེ་བརྒྱད་གསུངས་ཚུལ་ཞིང་གཞན་  
དང་། དགའ་ལྷན་དང་ནི་སྤྱིར་གཞན་ནས། འདིར་སྤྱེས་གསུམ་ལ་སོགས་པས་སོ། ཉི་ཤུ་ངེ་  
ལྷར་བསྐྱར་ཚུལ་ནི། འཕགས་སངས་གཉིས་ལས་སྤྲར་ལྷར་ན། དངོས་བསྐྱར་བཅུ་དྲུག་ཤུགས་

བསྟན་བཞི། གྱི་མ་ལྟར་ན་བྱགས་བསྟན་གསུམ། དངོས་བསྟན་བཅུ་བདུན་དེ་དག་གི། རྒྱུ་  
(མ་དཔེ་ལོག་གྲངས་ ༣༡ རྒྱུ་གཞིགས།)

༥ མདོ་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཞེ་བརྒྱད་སོགས། གསུངས་ནམས་སྐབས་འདིར་ཉི་ཤུར་  
བསྟུས། དེ་ལ་འཕགས་པས་བྱགས་བསྟན་བཞི། དངོས་བསྟན་བཅུ་གྲག་གསུངས་ཉི་  
དཔེ། རྒྱུ་ཞུགས་ཞུགས་པ་རྣེས་གཉིས། ལྷ་མིའི་རིགས་ནས་རིགས་སྤྱེ་གཉིས། གྱིར་  
འོང་ཞུགས་དང་བར་ཆད་གཅིག གྱིར་མི་འོང་ཞུགས་འདའ་བ་བཞི། འཕར་གསུམ་མཐར་  
ཐུག་འགོ་གཉིས་བཅས། ལྷ་པོ་བསྟུས་པའི་གོང་འཕོ་དང་། གཞུགས་མེད་ཉེར་འགོ་མཐོང་  
ཆོས་ཞི། ལུས་མདོན་བྱེད་དང་བསེ་རུའོ། བྱགས་བསྟན་བཞི་ནི་རྒྱུ་ཞུགས་དང་། གྱིར་  
འོང་གྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས། དག་བཅོམ་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་ནོ། སྟོབ་དཔོན་ལུགས་  
ཀྱི་བྱགས་བསྟན་གསུམ། དངོས་བསྟན་བཅུ་བདུན་འདི་ལྟ་སྟེ། བཅུ་གཅིག་སྤར་དང་འབྲ་  
བ་ལ། འོག་མིན་མཐར་འགོ་ལས་བྱེ་བའི། འཕར་བ་གསུམ་དང་དེ་བཞིན་བྱ། སྤྱིད་ཅེའི་  
མཐར་འགོ་ཞེས་བསྟན་པའི། གཞུགས་ཀྱི་ཆགས་བཅོམ་ལས་བྱེ་བའི། མཐོང་ཆོས་ཞི་དང་  
ལུས་མདོན་བྱེད། བསེ་རུའོ་བྱགས་བསྟན་གསུམ་འདི་ལྟར། རྒྱུ་ཞུགས་དང་ནི་གྱིར་འོང་  
གི། འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་ནམ་གཉིས་དང་། དག་བཅོམ་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་ནོ། དག་  
འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དབྱེད་ན། གང་ལ་གནས་པའི་འབྲས་བྱ་དང་། དེ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
གི། རྒྱུ་གཞིག་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། དག་སྟོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་ཞེས་པའི། དག་སྟོང་གང་  
དང་འབྲས་བྱ་གང་། དེ་ཡི་ཚུལ་ཡང་གང་ཞེ་ན། དག་སྟོང་ཞེས་པ་དག་བཅོམ་སྟེ། འབྲས་  
བྱ་ཞེས་པ་དེའི་གོ་འཕང་། ཚུལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཐོབ་བྱེད། བར་ཆད་མེད་ལམ་ལྟ་བུའོ། དེ་  
གྱིར་མཛོད་ལས་འདི་སྤྱད་བྱ། དག་སྟོང་ཚུལ་ནི་འདི་མེད་ལམ། འབྲས་བྱ་འདུས་བྱས་འདུས་  
མ་བྱས། དེ་དག་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་དགའོ། གོ་ལ་ལམ་ཟད་པ་རྒྱམས་དང་བཅས། ཞེས་ཉི་དེ་



ཡང་གྲོལ་ལམ་དང་། ཟད་པས་རིམ་བཞིན་འབྲས་བྱ་ནི། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་གཉིས་  
བསྟན། དགེ་སྦྱང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བྱ་ལ། བཞི་རུ་འདྲིལ་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཀུན་བདུས་ལྟར་ན་  
དགེ་སྦྱང་གི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པའི་གོགས་གྱི་གཙོ། ཉོན་མོངས་ཡིན་ཞིང་དེ་སྦྱང་པའི། ཆ་ནས་  
བཞི་རུ་འདྲིལ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་མཐོང་སྤང་ཉོན་མོངས་རྣམས། སྤངས་པའི་ཆ་ནས་རྒྱན་ཞུགས་  
དང་། སྒྲོམ་སྤངས་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ནི། བལ་ཆར་སྤངས་པས་ཕྱིར་འོང་དང་། མ་ལུས་  
སྤངས་པས་ཕྱིར་མི་འོང་། སྒྲོམ་སྤངས་གོང་གི་སས་བསྐྱས་པའི། ཉོན་མོངས་མ་ལུས་སྤངས་  
ཆ་ནས། འབྲས་བྱ་ཐ་མ་འདྲིལ་བ་སྟེ། འབྲས་བྱ་ཞེས་པ་གཞན་ལ་འང་སྦྱར། མཛོད་པ་ལྟར་  
ན་དེ་ཉིད་ལས། འབྲས་བྱ་བཞིར་རྣམ་བཞག་པ་ནི། རྒྱ་ལྗང་གི་སྤྱིད་ཕྱིར་རོ། འབྲས་ལ་  
སྡོན་ལམ་བཏང་བ་དང་། གཞན་ཐོབ་པ་དང་ཟད་སྡོམ་དང་། ཤེས་པ་བརྒྱུད་ཆོན་ཐོབ་པ་  
དང་། རྣམ་པ་བརྒྱ་བྱག་ཐོབ་པའོ། ཞེས་ཏེ་ཆོག་དོན་གཞན་དུ་བཅུལ། ཁམས་གསུམ་གང་དུ་  
ཐོབ་ཅེ་ན། དང་པོ་གཉིས་དང་རིམ་གྱིས་པའི། ཕྱིར་མི་འོང་རྣམས་གསར་ཐོབ་རྟེན། འདོད་  
པར་ངེས་ཏེ་གང་གིས་ན། འདོད་ལ་ཆགས་དང་མ་བུལ་བ། གང་ཟག་ཁོ་ནས་ཐོབ་དགོས་  
ཕྱིར། དེ་བཞིན་ཆགས་བུལ་སྡོན་སོང་གི། ཕྱིར་མི་འོང་ཡང་གསར་ཐོབ་རྟེན། འདོད་པར་  
ངེས་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར། མཐོང་ལམ་གསར་ཐོབ་རྟེན་ཡིན་ཕྱིར། དག་བཅོམ་འབྲས་བྱ་ཁམས་  
གསུམ་གང་། གསར་དུ་འཕྲོལ་སྟེ་དེ་སྤྱད་དུ་འང་། འདོད་པར་གསུམ་ཐོབ་ཐ་མ་ནི། གསུམ་  
དུའོ་གོང་ན་མཐོང་ལམ་མེད། མི་སྦྱོ་ལུང་ལས་འདིར་ཚོམ་ཞིང་། དེ་མཐར་ཕྱིན་ཅེས་འབྱུང་  
ཕྱིར་རོ། ཞེས་པས་རྒྱ་མཚན་གསལ་བར་བསྟན། སེམས་རྟེན་གང་ལས་འཕྲོལ་ཅེ་ན། དེ་  
ཡང་འབྲས་བྱ་ཐོག་མཐའ་གཉིས། འདས་ལམ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་དང་། ཆགས་བུལ་སྡོན་དུ་  
སོང་བ་ཡི། འབྲས་བྱ་བར་མ་གཉིས་ཀྱང་ངོ་། རིམ་གྱིས་འབྲས་བྱ་རྣམ་གཉིས་ནི། འདས་  
དང་མ་འདས་གཉིས་ཀར་བརྟེན། རི་ལྟར་ཞེ་ན་ཆེ་སྡོན་མར། ཞི་གནས་ཤས་ཆར་སྦྱོད་

ཡིན་ན། ཞི་རགས་རྣམ་ཅན་བརྟེན་ནས་དང་། ལྷག་མཐོང་གས་ཆར་སྤྱོད་ཡིན་ན། བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་བརྟེན་ནས་སོ། མཐོང་སྒྲོམ་གང་ལས་འཐོབ་ཅེ་ན། རྒྱན་ཞུགས་མཐོང་ལམ་  
 བརྟེན་ནས་དང་། ཆགས་བྲལ་སྤྲོད་སོང་གཉིས་ཀྱང་ངོ་། རིམ་གྱིས་རྣམ་གཉིས་སྒྲོམ་ལམ་  
 ལ། བརྟེན་ནས་ཐོབ་ཅིང་དག་བཙུང་ཡང་། ས་ནི་འབྲས་བུ་དང་གཉིས་དང་། རིམ་གྱིས་  
 ཕྱིར་མི་འོང་གསུམ་སོ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྐྱོགས་དང་། ཆགས་བྲལ་སྤྲོད་སོང་  
 བསམ་གཏན་གྱི། དངོས་གཞིར་བརྟེན་ནས་ཐོབ་གསུངས་ཀྱང་། བསམ་གཏན་བཞི་ཀ་  
 ཡོད་མིན་དབྱེ། དག་བཙུང་ཐག་མེད་ས་དབྱེ་སོ། གང་རུང་བརྟེན་ནས་ཐོབ་གསུངས་  
 ཏེ། དག་ནི་དང་པོའི་མི་སྤྱོགས་མེད། དེ་ཡི་དངོས་གཞི་ཙམ་བྱུང་གཉིས། བསམ་གཏན་ཕྱི་  
 མ་རྣམ་གསུམ་དང་། གཞུགས་མེད་དང་པོ་རྣམ་གསུམ་གྱི། དངོས་གཞི་ཐག་མེད་བྱུག་རྣམས་  
 སོ། དེ་ལྟར་འབྲས་བུ་བཤད་ཟིན་ནས། ད་ནི་དེ་ལ་གནས་པ་ཡི། གང་ཐག་རྣམ་གཞག་  
 བཤད་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་བ། ཞུགས་གནས་བརྒྱད་ཀ་ལ་འཛིན་ཅིང་། ཐོད་  
 སྒྲུབ་བར་བ་གཉིས་ལ་སྟེ། ཆགས་བྲལ་སྤྲོད་དུ་སོང་ཡང་ངོ་། འོན་ཏེ་རྣམ་བཤད་ལུགས་ལྟར་  
 ན། ཆགས་བྲལ་སྤྲོད་སོང་ཕྱིར་འོང་མེད། ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན་བྲལ་རྒྱུའི་ཆགས། འདོད་པའི་ཉོན་  
 མོངས་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། དེ་བཞིན་ཆགས་བྲལ་སྤྲོད་སོང་གི །དག་བཙུང་འབྲས་བུ་འདོད་མ་  
 ཡིན། གང་ཞིག་སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་བ། ཞུགས་གནས་བརྒྱད་ཀ་ལ་ཡོད་ཅིང་། འོན་ཏེ་སྤང་བྱ་  
 ཅིག་ཅར་ནི། ཐོག་མཐའ་གཉིས་ལས་གཞན་ལ་མེད། གླུ་མ་འདིར་འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱུས་  
 གྱི། ཉོན་མོངས་སྤྱོད་དང་འཛིན་ཉེན་གྱི། སྒྲོམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་བྱེ་བྲག་སྟེ། ཐུན་མོང་མིན་  
 པའི་བཞེད་པའོ། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་སྤྱོད་ལམ་ནས། འཛིན་པ་ཀུན་བདུས་བཞེད་པ་  
 སྟེ། རང་ལུགས་མཛོད་ལྟར་མཐོང་ལམ་ནས། འཛིན་སྟེ་འཕགས་པས་བྱུང་ཕྱིར་ངོ་། འཛིན་  
 བྱེད་མཐོང་སྤངས་ཀུན་སྤྱོད་གསུམ། སྤངས་པས་རབ་དུ་བྱེ་བའི་འབྲས། ཐོབ་ཕྱིར་བཙོན་

འབྲས་བཙུམ་བཞིན་པའི།། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཉིད་ལ་བཞེད།། དེ་ལ་དབང་པོའི་སྒོས་དབྱེ་  
ན།། དད་དང་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གཉིས།། སྤང་བྱ་སྤོང་ཚུལ་སྒོས་དབྱེ་ན།། རིམ་གྱིས་པ་དང་  
ཅིག་ཅར་གཉིས།། ས་མཆོམས་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་རྒྱན་ཆད།། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་  
འཛིག་བྱེད་ནི།། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོར་བ་གསུམ།། སྤངས་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་མི་རིགས།། དེ་  
ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གོ། དབྱེ་ན་ཁམས་གསུམ་སྒོས་སྤང་ནམས།། རིམ་དང་ཅིག་ཅར་སྤོང་  
བ་གཉིས།། ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་པོ་གང་ཞེ་ན།། དེ་ནི་འཛིག་ལྟ་ཀྱན་བཏགས་དང་།། ཚུལ་ཁྲིམས་  
བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་དང་།། ཐེ་ཆོམ་ཉོན་མོངས་ཅན་རྣམས་སོ།། གཞན་ཡང་སྤང་བྱ་རིམ་  
གྱིས་པའི།། རྒྱན་དུ་ཞུགས་ལ་དབང་པོའི་སྒོས།། དད་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་སྟེ།། གང་ཞིག་  
གང་ལ་ཞུགས་པ་ནི།། བཙུ་བྱག་པ་ལ་དེ་འབྲས་གནས།། དེ་ཆེ་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་དག། དད་པས་  
མོས་དང་མཐོང་བས་ཐོབ།། ཅས་སོ་སྦྱོར་བའི་སྒོ་ནས་ནི།། ཅམ་པོ་བ་དང་བྱད་ཅན་གཉིས།། དེ་  
ཡང་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ།། གནས་གཉིས་མིན་དང་ཡིན་པའི་བྱད།། དེ་སྤྲད་དུ་ཡང་མཛོད་  
ཉིད་ལས།། འབྲས་ཐོབ་འབྲས་བྱའི་བྱད་པར་གྱི།། ལམ་ཐོབ་མེད་པས་དེ་ཡི་བྱིར།། འབྲས་  
གནས་བྱད་པར་བྱ་བའི་བྱིར།། མི་བཙོན་པ་ནི་ཞུགས་མ་ཡིན།། ཞེས་སོ་སྦྱེ་བ་ལེན་ཚུལ་  
སྒོས།། ལན་བདུན་པ་དང་རིགས་སྦྱེ་གཉིས།། འོན་ཏེ་སྦྱེ་བ་ལན་བདུན་དུ།། ལེན་པར་ངས་དང་  
མ་ངས་གཉིས།། ངས་ལའང་རིགས་མཐུན་སྦྱེ་བ་ཞེས།། ཞིབ་ཆ་འབྱེད་པ་གནད་དུ་ཆེ།། དེ་  
བྱིར་རེ་ལྟར་ཐོགས་ཞེས་པའི།། སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ནི།། འདོད་ཉོན་གཅིག་གྱང་  
མ་སྤོང་ཞིང་།། ལན་བདུན་ལེན་པའི་ལས་གྱང་བསགས།། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་ལའང་གནས་པ་  
སྟེ།། བྱད་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པ་དགོས།། དེས་ན་རྒྱན་ཞུགས་གསར་ཐོབ་གང་།། འདོད་པར་  
རིགས་མཐུན་སྦྱེ་སྲིད་བདུན།། ལེན་པའི་རིགས་ཅན་ལན་བདུན་པའི།། འཛིག་བྱེད་དབྱེ་ན་སྤང་  
བཞིན་གཉིས།། འདོད་པར་སྦྱེ་སྲིད་བར་སྲིད་བསྐྱམས།། ཉི་ཤུ་རྩ་བརྒྱད་ལེན་ངས་གང་།། ངས་

བའི་དེ་ཡི་འཛོག་བྱེད་དང་། དེ་ལྟར་ལེན་པར་མ་ངེས་པ། མ་ངེས་དེ་ཡི་འཛོག་བྱེད་དོ། དེས་  
 ལ་ལྟ་མིའི་ཉེན་ཅན་གྱི། རྒྱན་ཞུགས་གཉིས་ཏེ་ལྟའི་ཉེན་ལ། ལྷང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་  
 ཟེ། དང་པོའི་འཛོག་བྱེད་ཅིག་ཞེས་ལ། དེ་ཡིས་མཆོན་ཏེ་སྦྱར་བར་བྱ། ལྟ་མིའི་ཉེན་ཅན་  
 གང་ཡིན་ཡང་། དེ་རེའི་ནང་དུ་འང་སྐྱེ་སྤྱོད་དང་། བར་སྤྱོད་བདུན་བདུན་ལེན་ངེས་ཏེ། འདི་  
 བྱི་བྱེ་སྐྱའི་ལུགས་ཡིན་ཞིང་། མདོ་སྤེ་བས་ནི་ལྟ་མི་བསྐྱེས་ས། སྐྱེ་སྤྱོད་བདུན་ཅན་ལེན་པར་  
 བཞེད། བྱེ་སྐྱའི་ལུགས་གྱིས་ལྟ་དང་མིའི། སྐྱེ་སྤྱོད་བཅུ་བཞི་དེ་དག་ཀྱང་། སྤེལ་ནས་ལེན་  
 པ་ཀྱན་བདུས་ལུགས། གསེར་སྤང་སོགས་སུ་གསལ་ཁ་མེད། རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་  
 བུ་ནི། དང་པོར་ལྟ་ལ་ཐོབ་ན་བྱིས། ལྷང་ན་འདས་པའང་དེར་ཐོབ་ཅིང་། མི་ཡི་ཉེན་ལའང་  
 དེ་བཞིན་ནོ། དོན་དུ་ཉེར་བརྒྱད་ལེན་མོད་ཀྱང་། བདུན་ཆོན་འབྲ་བྱིར་བདུན་པ་ཉིད། རིགས་  
 མཐུན་སྐྱེ་སྤྱོད་ལ་དགོངས་བྱིར། སྦྱལ་གྱི་དཔེ་དང་ཡང་མི་འགལ། བཅུ་གསུམ་པ་ལ་བྱིར་  
 འོང་དང་། བཅུ་བཞི་པ་ལ་ཐ་མ་གཉིས། མངོན་དུ་བྱེད་ཅེས་ཁས་སྐྱེད་ན། ལྷང་དང་རིགས་  
 པས་གཞོད་པ་མེད། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་གསུམ་པ་སྤངས། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་བུ་གསལ་  
 དུ་ཐོབ། རིགས་མཐུན་སྐྱེ་སྤྱོད་གཉིས་སམ་གསུམ། ལེན་ཅིང་བཞི་པ་མི་ལེན་པ། རིགས་  
 ནས་རིགས་སྐྱེའོ་འཛོག་བྱེད་ནི། དབྱེ་ན་ལྟ་མིའི་རིགས་སྐྱེ་གཉིས། ལྟ་ཡི་སྐྱེ་བ་གཉིས་  
 སམ་གསུམ། སྤངས་ནས་ལྟ་ཡི་ཉེན་དེ་ལ། ཡོངས་སུ་ལྷང་ན་འདའ་བ་གང་། དང་པོའི་  
 འཛོག་བྱེད་གཉིས་པའི་ཡང་། འཛོག་བྱེད་དེ་ལ་དབག་ནས་སྦྱར། འདོད་ཉོན་བཞི་པ་སྤངས་  
 སྤྱོད་ཀྱང་། ལྟ་པ་མིན་ཏེ་ཅི་སྟེ་ན། དེ་སྤངས་ན་ནི་དུག་པའང་། གདོན་མི་ཟ་བར་སྤོང་བས་  
 ཡིན། སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་ས་མཆོམས་ནི། དུག་པ་སྤོང་བའི་ཚུན་དུའོ། གང་ཞིག་བསམ་གཏན་  
 དང་པོ་པའི། ཉེར་བསྐྱོགས་མི་སྐྱོགས་མེད་བཞེན་ནས། སྐྱོམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་  
 དུ། སྤོང་བ་ཅིག་ཅར་ཞེས་བྱ་བའི། རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འཛོག་བྱེད་དོ། དེ་ལས་བྱེ་ན་ཅན་པོ་

དང་། བྱད་ཅན་གཉིས་ཡོད་ཕྱི་མ་དང་། ཅིག་ཅར་དག་བཅོམ་ཞུགས་པ་གཅིག །ས་མཆོམས་  
སྒྲིམ་སྤང་ཆུང་བྱ་དག །ཅིག་ཅར་སྤང་བའི་བར་དུའོ། །ཁམས་གསུམ་སྒྲིམ་སྤང་ཞེས་བྱ་  
བར། །འཛིག་ཅེན་ཞེས་པའི་བྱད་པར་སྤྱོད། །མཆོམས་འདིར་མངོན་པ་ཀུན་བཏུས་སུ། མཐོང་  
བའི་ཆོས་སམ་འཆི་བའི་ཆོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་གི་ཆོག་འབྲུ་ལ། དོགས་པ་དཔྱོད་ཆུལ་གཞུང་  
ན་གསལ། །

༄ གཙོ་བོར་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལ། སལ་ཆེར་སྤངས་པས་རབ་བྱེ་བའི། དགེ་སྦྱོང་  
འབྲས་བུ་ཐོབ་བྱིར་དུ། བཅོན་བྱེད་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ནི། ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པའི་མཆོན་  
ཉིད་དོ། །དེ་ལས་བྱེ་ན་རིམ་གྱིས་དང་། ཐོད་ཀླལ་བ་དང་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དང་པོ་དེ་དང་  
རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི། འབྲས་གནས་བྱད་ཅན་དོན་གཅིག་ཅིང་། གཉིས་པ་དེ་དག་མཐོང་ལས་  
གྱི། སྒྲིན་དུ་བྱག་པ་སྤངས་དོན་གཅིག །གང་ཡང་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལ། སལ་ཆེར་སྤངས་པས་  
རབ་བྱེ་བའི། དགེ་སྦྱོང་ཆུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ། གནས་དེ་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་མཆོན། དེ་  
ལ་དབང་པོའི་སྒྲིམ་དབྱེ་ན། དད་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་སྟེ། འབྲས་བུ་ཐོབ་ཆུལ་སྒྲིམ་དབྱེ་  
ན། རིམ་གྱིས་པ་དང་ཐོད་ཀླལ་ལོ། །

༄ གཙོ་བོར་ཐ་མལ་ཆ་མཐུན་ལ། སལ་ཆེར་སྤངས་པས་རབ་བྱེ་བའི། དགེ་སྦྱོང་  
འབྲས་བུ་ཐོབ་བྱིར་དུ། བཅོན་བཞེན་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ནི། ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པའི་  
མཆོན་ཉིད་དོ། །དེ་ལས་བྱེ་ན་རིམ་གྱིས་དང་། ཐོད་ཀླལ་བ་དང་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དང་པོ་  
དེ་དང་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི། འབྲས་གནས་བྱད་ཅན་དོན་གཅིག་ཅིང་། གཉིས་པའི་དེ་དང་མཐོང་  
ལས་གྱི། སྒྲིན་དུ་བྱག་པ་སྤངས་དོན་གཅིག །ས་མཆོམས་ཕྱིར་འོང་མ་ཐོབ་ཆུན། དེ་འབྲའི་  
འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་མཆོན་ཉིད་དེ། དེ་ལས་དབང་པོའི་སྒྲིམ་  
དབྱེ་ན། དད་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་གཉིས། འབྲས་བུ་ཐོབ་ཆུལ་སྒྲིམ་དབྱེ་ན། རིམ་གྱིས་

པ་དང་ཐོད་ཀྱིས་གཉིས། དང་པོ་དེ་དང་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི། རྟོགས་པ་སྤྱོད་སོང་དོན་གཅིག་  
ཅིང་། གཉིས་པའི་དེ་དང་ཆགས་བྲལ་བ། སྤྱོད་སོང་ཕྱིར་འོང་དོན་གཅིག་གོ། སྦྱར་བའི་སྒོ་  
ནས་ཅམ་བྱུང་གཉིས། ་་་

༥ ཤེར་ཕྱིན་གྱི་དགོངས་དོན་དངོས་བརྒྱད་དོན་བདུན་ཅུ་བཤད་པ། ན་མོ་གྲུ་བྱ། སྤྱག་  
བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་སེལ་བྱེད་ཅིང་། བདེ་བ་མ་ལུས་སྦྱེད་མཛད་པའི། ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་  
པ་ལ། སྒོ་གསུམ་གྲས་པས་བྱག་བཟུང་།

འདི་ཡི་དགོངས་དོན་མངོན་རྟོགས་བརྒྱད། གསལ་བྱེད་བདུན་ཅུའི་དོན་དང་  
བཅས། བྱམས་མགོན་ལྷ་ཡིས་བཀྲལ་བ་བཞེན། རང་སྒོས་སྦྱིགས་ཅམ་འབྲི་བར་བྱ།

དེ་ཡང་རང་རེ་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད་པ་ནི་སྤྱང་བས་ཤེས་ལ། དེའི་  
ཕྱིར་སྤྱོད་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་མ་ལུས་པ་སེལ་ཞིང་། ཡོན་ཏན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་པ་སྦྱེད་པའི་  
ཐབས་ལ་ཡོད་རྒྱའི་རྩལ་གྱིས་འབད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་གཞུང་ཤེར་ཕྱིན་ལ་ཐོས་བསམ་དང་  
ལམ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྒོམ་སྦྱབ་བྱ་བ་ལས་གཞན་མེད་དེ། སྤྱོད་ཀྱང་ཟད་དང་ཡོན་ཏན་ཀྱང་རྫོགས་  
ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཤེར་ཕྱིན་ཉག་གཅིག་ལ་བཞེན་ནས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་  
རྒྱ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ནའང་གཞུང་ཤེར་ཕྱིན་ནི་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་བརྒྱུང་ཞིང་  
བརྫོད་བྱའི་དོན་མཆོག་ཏུ་ཟབ་པ་སོགས་ཏེ། གཏིང་དཔག་དཀའ་བར་བཞུགས་པ་ལ་བྱམས་  
མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་དུ་བསྐྱུས་ཤིང་དེ་ཡང་མཆོན་བྱེད་  
དོན་བདུན་ཅུའི་སྒོ་ནས་སྤྱོད་པའི་མན་ངག་བཞེན་ལེགས་པར་བཀྲལ་བའི་བསྟན་བཅོས་མངོན་  
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་འདི་ཉིད་མཛད་དེ། ཕྱི་རབས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་རང་  
ཞལ་ལྟ་བུའི་མིག་ཏུ་བྱིན་པ་ཡིན་ནོ། བསྟན་པ་འདིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་གཅིག་  
ལ་འདི་ལས་ངོ་མཆར་བ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་ལ་གཏམ་དུ་བྲགས་ཏེ་

ཐུགས་ཤིན་ཏུ་མད་པར་འཁུམས་སོ།། དེ་བས་ན་རྒྱ་མོང་གི་མཁས་དབང་ཉི་མུ་ལྷ་བུ་ཀམས་  
 གིས་འདིའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་དོ་མཆར་མཛད་དུ་བྱུང་བ་མཐའ་གྲས་པ་ཞིག་མཛད་  
 དུ་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། རྗེ་རྗེས་ཕུག་པའི་བྲལ་ལམ་དུ་སྦྱད་པ་ལྷ་མོ་ཅི་བདེར་འཇུག་པའི་ཚུལ་  
 གིས་སྒྲུན་སྒྲོངས་མེ་འབྲེར་ཁོ་མོ་ཅག་གིས་ཀྱང་རེག་བཞགས་ཅུང་ཟད་འགོད་པར་བྱའོ།། དེ་ཡང་  
 ལུང་འབྲེན་སོགས་ཀྱི་སྟོས་པ་དོར་ནས་དགའ་བའི་གནས་འགའ་ཞིག་ལ་ཅུང་ཟད་དབྱད་པ་དང་  
 དེ་བྱིངས་ཀམས་གངས་སྟོས་པ་ཅམ་གྱིས་འཐུས་པར་བྱས་ནས་བཀྲལ་བར་བྱ་སྟེ། དེས་ན་  
 འདི་ལ་གསུམ། སྦྱར་བ། དངོས་གཞི། མཇུག་གི་རིམ་པའོ།། དང་པོ་ལ། མཆན་དོན། འགྱུར་  
 ཕུག །མཆོད་བརྗོད། དགོས་འགྲེལ་བཅས་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་ཞེས་སོགས་དང་།  
 གཉིས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཞེས་སོགས་ཏེ། གོ་སྤྲོ་བས་མ་སྟོས་སོ།། མཆོད་བརྗོད་ནི། ཉན་ཐོས་  
 ཞི་བ་སོགས་ཏེ། འདིས་ཡུམ་ལ་རི་ལྟར་བསྟོད་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་ཡན་ལག་སྟོ་གསུམ་གྱི་ཡིན་  
 ཏན་བརྗོད་ནས་ཡན་ལག་ཅན་སྟེས་བྱ་ལ་བསྟོད་པ་བཞིན་དུ། ཆ་ཤིས་མཁུན་གསུམ་གྱི་བྱིད་  
 པ་བརྗོད་ནས་ཆ་ཅན་གྱི་ཡུམ་ཤེར་བྱིན་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་གྱི། མཁུན་གསུམ་ཉིད་ལ་བསྟོད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན། ཅ་བའི་དགོངས་པ་མཁུན་གསུམ་གྱིས་འཕགས་བཞིའི་དོན་སྒྲུབ་པའི་  
 མཁུན་གསུམ་ལ་འདུད་ཅེས་པར་འགྲོ་ཞིང་། འགྲེལ་བར། མཁུན་གསུམ་གྱི་སྟོ་ནས་ཤེར་བྱིན་  
 ལ་བསྟོད་ཅེས་པའང་གསུམ་གྱི་སྟོ་ནས་གསུམ་ལ་བསྟོད་ཅེས་པར་འགྲོ་བས་གོ་རྒྱུ་ཅུང་ཟད་  
 ཀྱང་མེད་པའི་བྱིར་རོ།། དེ་ལྟར་ཆ་ཤིས་ལ་མངོན་རྟོགས་བརྒྱུད་ཡོད་བཞིན་དུ། གཞན་ལྔའི་  
 སྟོ་ནས་ཡིན་པར་མཁུན་གསུམ་ཅམ་གྱི་སྟོ་ནས་བསྟོད་པ་ནི་རྒྱ་མཆན་དང་དགོས་པ་བྱུང་པར་  
 ཅན་གཟིགས་ནས་ཡིན་འོ།། ཅེས་ཀྱང་མཁུན་གསུམ་ལ་བསྟོད་ཅེས་པ་ཡིན་ན་ཆེག་ཀྱང་སྤྲ་མ་  
 གཉིས་སུ་ཀྱང་ཤེས་ཉིད་གིས་ཞེས་པ་དང་ལམ་ཤེས་ཉིད་གིས་ཞེས་པ་གཏན་ནས་འོང་མི་ཤེས།  
 བཞི་བ་དགོས་འགྲེལ་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁུན་ཉིད་ལས།། སོགས་ཏེ། ཀྱང་པ་



དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་བརྗོད་བྱའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་ནས་གཅིག་གིས་བྱུང་བར་དང་། དེ་ནས་གསུམ་ཀྱིས་ཉིང་དགོས་དང་། ཐ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དགོས་པ་བསྟན་ནས་འབྲེལ་བ་དོན་གྱིས་འཕངས་སོ།། ཞེས་རྣམ་བཤད་ལས་སོ།།

༥ གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ། ཐོག་མར་རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བརྩའི་དང་པོ་སེམས་བསྐྱེད་ནི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་བྱུང་བར་ཅན་ཞིག་གོ། དེ་བྱེད་ནས་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཉིས་སོ།། གང་དག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ནི། རྒྱ་འབྲས་བདུན་མ་དང་། བདག་གཞན་བརྩེ་བར་བསྟོམ་པའོ།།

གཉིས་པ་གདམས་ངག་ནི། རྫོགས་བྱང་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཆང་ལ་མ་རྟོར་བར་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ངོ་།། དེ་བྱེད་ན། སྐྱབ་པའི་ངོ་བོ་བདེན་གཉིས་ལ་འདོམས་པ། སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་བདེན་བཞི་ལ་འདོམས་པ། སྐྱབ་པའི་རྟོན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འདོམས་པ། བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་མ་ཞེན་པའི་བཙུན་འགྲུས་ལ་འདོམས་པ། སྐྱིད་ལུག་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་བའི་བཙུན་འགྲུས་ལ་འདོམས་པ། བདག་ཉིད་བརྟན་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ལམ་ཡོངས་སུ་འདོན་པའི་བཙུན་འགྲུས་ལ་གདམས་པ། སྐྱབ་པ་ལ་རང་དབང་དུ་འབྱུག་པའི་རྒྱ་སྐྱོན་ལ་འདོམས་པ། སྐྱབ་པ་སྐྱར་དུ་རྫོགས་པའི་རྒྱ་མངོན་ཤེས་བྱུག་ལ་འདོམས་པ། སྤང་བྱ་ཀྱན་བཏགས་སེལ་བྱེད་མཐོང་ལམ་ལ་འདོམས་པ། སྤང་བྱ་ལྷན་སྐྱེས་སེལ་བྱེད་སྟོམ་ལམ་ལ་འདོམས་པའོ།།

དེ་ལ་སྐྱན་ལྔ་ནི། འཕྲི་སྐྱན། ལྷའི་སྐྱན། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐྱན། ཆོས་ཀྱི་སྐྱན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱན་ནོ།། མངོན་ཤེས་བྱུག་ནི། རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས། ལྷའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས། སྟོན་གནས་རྗེས་བྲན་གྱི་མངོན་ཤེས། ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས། ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་སོ།། སྐྱན་ལྔ་པོ་ཅི་རིགས་པར་བྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ལ་མེད་པ་དང་ཡོད་

པའི་བཞེད་ཚུལ་གཉིས་བྱུང་ཡང་ཕྱོགས་སྒྲ་མ་ཅུང་ཟད་ཁྱད་སྤངས་བཅན་པར་སྤང་ངོ་།

གདམས་ངག་བཅུ་གནད་ཤིལ་ན། སྐབ་བ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆེ་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་  
ལྷུང་བས་གཞིར་བྱས། བདེན་བཞི་ལ་དམིགས་པ་ཆོལ། དགོན་མཆོག་ལ་སྐབས་སུ་བཅོལ།  
གོགས་སེལ་གྱི་རྒྱ་བཅོན་འབྲས་དང་། ཐོགས་འདོན་གྱི་རྒྱ་སྐྱེན་ལ་མངོན་གཤེས་ལ་བརྟེན་ཏེ་  
མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་ལམ་བརྒྱད་ནས་སངས་རྒྱས་སུ་བརྟོན་ཞིག་ཅེས་པའོ།

གསུམ་པ་ངེས་འབྲེད་ཡན་ལག་ནི། འདིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
གྱི་སྦྱོར་ལམ་སྟེ། ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལས་ཆོས་རྒྱལ་གིས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་  
ལོ། འཕགས་ཆོས་རྒྱལ་ནི་དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པ་དང་། རྒྱ་དང་། ཡོངས་འཛིན་དང་། ལྡན་  
པ་དང་། དབྱེ་བའོ། འོན་ཏེ་གསེར་སྤང་དུ་དབྱེ་བ་དོར་ནས་སྤར་བཟངས་ལ་རྣམ་བཤད་དང་  
རྟོགས་དཀའ་སྤང་བར་སྤར་ལྟར་བྱུག་བཟང་ངོ་། དབྱེ་བ་འཕགས་ཆོས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ནི།  
མཁས་བྱུབ་ལྟར་ན། འདི་དག་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་དམིགས་རྣམ་མི་འབྲ་བ་ཁོ་ནའི་  
སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་ཡིན་ཞིང་། དམན་པའི་སྦྱོར་ལམ་ལ་དེ་མེད་པས་ཡིན་ལ། རྒྱལ་ཆབ་ལྟར་ན།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་གོམས་པར་  
བྱེད་པ་ནི་བྱུང་ཆོས་སྤྲོད་མེད་པ་འགྱུར་བས་ཡིན་ནོ། ལྡན་པའི་བྱུང་བར་ནི། རྣམ་རྟོག་བཞི་  
པོ་ལྡན་བརྟེན་པ། ཞེས་འབྱུང་བས་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་ལྡན་པ་ལ་བྱ་དགོས་ཤིང་། ལྡན་  
ཚུལ་ནི། རྣམ་བཤད་དང་། གསེར་སྤང་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ན་སྤང་བྱུང་ལྡན་པ་དང་།  
རྟོགས་སྤང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་ན་གཙོ་བོར་ལྡན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྦྱོར་ལམ་བཞི་པོ་རིམ་བཞིན་  
རྟོག་པ་བཞིའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལྡན་པའོ། ཡིན་ཚུལ་ཡང་སྦྱོར་ལམ་བཞིས་བདེན་  
མེད་རྟོགས་པས་ཆོས་ཉིད་བདེན་བྱུབ་ཏུ་ཞེན་པ་མ་ཡིན་ཡང་དེར་བདེན་སྤང་ཡོད་པས། དེའི་  
ཆ་ནས་འདིར་བསྟན་དགག་རྟོག་ཏུ་བཞག་ཅིང་། ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལ་དེ་མེད་པས་རྣམ་

རྟོག་དང་ལྡན་པའི་སྟོན་ས་བྱུང་པར་འཕགས་ཚུལ་དེ་ཡིན་གསུངས་སོ།། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་  
ཆེས། སྟོར་ལམ་བཅུ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ནམ་ཅན་ལ་སྟག་དུ་གསུངས་  
ཀྱང་། གསུམ་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་དམིགས་ནམ་ཅན་ཡིན་པར་ཅ་འགྲེལ་དུ་གསལ་ལོ།། གསེར་སྤེང་  
སོགས་ལས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་སྟོན་ཅི་བཞིན་པར་མཛད་པས་སྔ་མ་བྱང་དོན་དུ་འགྲེལ་དགོས་སོ།།

དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ནི། ཅ་པའི་དངོས་ཟིན་ལྟར་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ། དབང་པོ་རྟོ་  
རྒྱལ་གཉིས། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་དྲད་མོས་པ་དྲད་མཐོང་ཐོབ་གཉིས། རྒྱན་ཞུགས་སྒྲུའི་  
རིགས་ནུས་རིགས་སྟེ་དང་། མིའི་རིགས་ནུས་རིགས་སྟེ་གཉིས། ཕྱིར་འོང་ཆེ་གཅིག་པར་ཆད་  
གཅིག་པ། ཕྱིར་མི་འོང་བར་འདའ་བ། སྟེ་མ་འདའ་བ། འདུ་བྱེད་དྲད་བཅས་ཉེ་འདའ་བ། འདུ་  
བྱེད་མེད་པར་འདའ་བ། འོག་མིན་འགྲོ་འཕར་བ་གསུམ། མིན་ཅེ་མཐར་སྟག་འགྲོ། གཞུགས་ཀྱི་  
ཆགས་བཙུམ་མཐོང་ཆོས་ཞི། ལུས་མངོན་བྱེད། བསེ་རྩ་རང་སངས་རྒྱས་སོ།། དགེ་འདུན་ཉི་  
ཤུ་འདི་ལྟར་བགྲང་བ། བརྒྱ་ལྗེ་དང་ལྗེ་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་ལ། འཕགས་སེང་གིས་གཞན་དུ་  
བགྲང་བ་ནི་འདི་ལ་སྟོན་མཐོང་ནས་ཡིན་ནམ་རྒྱ་མཚན་གཞན་གྱིས་ཡིན་དཔྱད་པར་བྱའོ།། འོ་  
ན་དངོས་ཟིན་ཉི་ཤུ་པོ་འདི་དག་ཐེག་ཆེན་དགེ་འདུན་ཡིན་ནམ་མིན་ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། མཁས་གྲུབ་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་ཇི་རེད་མཛད་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་པར་བཞེད་ལ། གསེར་སྤེང་  
སོགས་ཀྱིས་མིན་པར་བཞེད་དེ། དེ་ཡང་དངོས་བསྟན་འདི་དག་ནི་མཚན་བྱེད་དཔའི་དགེ་  
འདུན་ཉེ་ཐེག་དམན་པ་ལ་སྟག་ཡིན་ལ། མཚན་བྱ་དོན་གྱི་དགེ་འདུན་ནི་ཐེག་ཆེན་པ་ལ་སྟག་  
པོ། ཞེས་བཞེད་དོ།། རྣམ་རྟོག་བཞི་པོ་ལྡན་བརྟེན་པ། ཞེས་པའི་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་  
རྟོག་པ་བཞི་ནི། གཟུང་རྟོག་གཉིས་དང་འཛིན་རྟོག་གཉིས་སོ།། དང་པོ་གཉིས་ནི། ཀྱན་ཉོན་  
གཟུང་རྟོག་དང་། རྣམ་བྱང་གཟུང་རྟོག་སྟེ། དང་པོས་ཇི་ལྟར་རྟོག་ཚུལ་ནི། ཀྱན་ཉོན་གྱི་ཆོས་ལ་  
དམིགས་ནས་གཟུང་བར་བདེན་པར་རྟོག་པོ། གཉིས་པས་རྟོག་ཚུལ་ནི། རྣམ་བྱང་གི་ཆོས་ལ་

དམིགས་ནས་སྤར་ལྷར་རྟོག་པའོ། བྱི་མ་གཉིས་ནི། རྩས་འཛིན་རྟོག་པ་དང་། བཏགས་འཛིན་  
རྟོག་པའོ། དང་པོས་རྟོག་ཚུལ་ནི། གང་ཟག་རྩས་འཛིན་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་པ་པོར་  
ཞེན་པ་དང་། གཉིས་པས་རྟོག་ཚུལ་ནི། རྩས་བྱ་བཏགས་འཛིན་ལ་དམིགས་ནས་སྤར་ལྷར་  
ཞེན་པའོ།

༥ བཞི་པ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ནི། སྤེ་མ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་  
ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྣང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེའོ། འདི་ལ་ཆོས་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན།  
སྤྱབ་པ་བཅུ་གསུམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་བཅུ་གསུམ་མོ། ....

༥ བར་ཕྱིན་སྒྲོར་གྱི་དོགས་དཔྱོད་འགའ་ཞིག །ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོའི་བརྗོད་བྱ་ལ་དངོས་  
སྤེས་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་རིགས་ཆོགས་ཀྱིས་དང་། གཉིས་པ་རྒྱུ་གྱིས་བཟུལ་བས་ཟབ་རྒྱས་  
ཀྱི་གདམས་པ་གཉིས་དེ་ནས་བརྒྱུད་དེ་ལོངས་ལ། འདི་ལྟར་ན། རྩེ་བཅུན་དང་སྤྱབ་གཉིས་  
ཤེར་མདོའི་སྒོ་ལ་བྱེད་དུ་བྱུབ་པོ། རྒྱུ་ལ་འབྲེལ་པ་ཉེར་གཅིག་ཏུ་གྲགས་མོད་ཀྱང་། རྒྱ་བོད་  
ཅི་རིགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེར་མ་བསྐྱས་ཤིང་། རྒྱ་འབྲེལ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེར་མ་  
ལོངས་པས་ཀྱི་ནའོ། རྒྱུ་གྱི་བཤད་བྱའི་མདོ་ལ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་  
པར་བཞེད་ལ་སྤེམས་ཕྱི་མ་འཆད་ཚུལ་ནི། མཆོན་བྱ་དངོས་པོ་བརྒྱད་དང་མཆོན་བྱེད་དོན་  
བདུན་ཅུའི་སྒོ་ནས་སོ། དེས་ན་རྒྱུ་རྩེ་ལྷར་འཆད་པ་ལ་སྤྱོད་དངོས་འབྱུག་གསུམ་སྟེ། དང་པོ་  
མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ནི། ཉན་ཐོས་ཞི་བ་སོགས་སོ། དེའི་དོན་ནི། མཁྱེན་གསུམ་གྱིས་འཕགས་  
བཞའི་བཞེད་དོན་བསྐྱབ་པའི་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་འདུད་ཅེས་པའོ། དེ་ཡང་མཁྱེན་གསུམ་ནི་ཆ་  
དང་ཡུམ་ནི་དེར་གདགས་པའི་ཆ་ཅན་ཡིན་པས་འདི་ལྟར་བསྟོད་པ་ནི་ཆའི་བྱེད་པ་བརྗོད་ནས་  
ཆ་ཅན་སྤེམ་པའི་སྒོ་ནས་ཕྱི་མར་བསྟོད་པ་ནི་ཡན་ལག་གི་བྱེད་པ་བརྗོད་ནས་ཡན་ལག་ཅན་ལ་  
བསྟོད་པ་སྟེ་འབྲེལ་པར་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་ཤེར་ཕྱིན་ལ་བསྟོད་ཅེས་པའི་དགོངས་པ་

དབྱིས་ཕྱིན་པའོ། །ཁ་ཅིག །ཡུམ་མཁའ་གསུམ་ལ་འདུད་ཅེས་པའི་ཚུལ་དུ་བཀྲལ་བ་ནི། གཞུང་  
 འོན་ཡེ་མ་གོ་བའི་བཤད་བ་སྟེ། མཆམས་འདིར་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཏོལ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བར་སྤང་  
 འོ། །དགོས་འབྱེད་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁའ་ཉིད་ལམ། །ཞེས་བ་ནས། དགོས་བ་ཡིན་  
 ཞེས་པའི་བར་གྱིས་ཏེ། དེ་ཡང་མཐོང་འབྱུང་བྱིས། །ཞེས་པས་ཉིད་དགོས་དང་། དེ་མཉམ་གྱིས་  
 དགོས་བ་བསྟན་ལ། ཆོས་སྤྱོད་བཅུ་ཡི། ནས། སྒོ་དང་ལྷན་བས། བར་གྱིས་ཉིད་དགོས་དང་།  
 དེ་རི་ལྟར་འབྲུབ་ཚུལ་བསྟན་ཅིང་གཞུང་སྟག་མས་བརྗོད་བྱ་དང་དེའི་ཐབ་པའི་བྱུང་བར་རྣམས་  
 བསྟན་ཏེ། བསྟན་དོན་ནི། ཤེས་རབ་པ་རོལ། ནས། ཡང་དག་བརྗོད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་  
 སོ། །ཆོག་དོན་ནི། སེམས་བསྐྱེད། ཅེས་བ་ནས། རྫོགས་པའི་བར་གྱིས་འཆད་ལ། མཆམས་  
 སྤྱོད་དང་བཀྲལ་ལན་ནི། སྐབས་སྐབས་སུ་འབྱུང་འོ། །དེ་ལྟར་བཤད་ཐབས་ལྡན་འཆད་པའི་  
 རྒྱ་མཆོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དགོས་བ་མ་བསྟན་ན་དེ་ལྷན་གྱི་གཞུང་ལ་མི་འབྲུག །བསྟན་དོན་མ་  
 བརྗོད་ན་གཞུང་གི་ཁོག་མི་ཤེས། ཆོག་དོན་མ་བཤད་ན་གཞུང་གི་དོན་མི་རྟོགས། མཆམས་  
 མ་སྤྱར་ན་གཞུང་སྤྱི་ཕྱི་མི་འབྲེལ། བཀྲལ་ལན་མ་སྤྱོས་ན་གཞུང་ལ་དོགས་བ་མི་ཆོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་བཤད་ཐབས་འདི་ལྟ་ནི་མདོ་འཆད་པའི་མན་ངག་རྗེ་བཙུན་ནས་བརྒྱུད་  
 དེ་འོངས་པའོ། །འོ་ན་ཡུམ་གྱི་ཆུམས་ལ་མདོ་རྟོགས་བརྒྱུད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཅིའི་ཕྱིར་  
 གསུམ་ཙམ་གྱི་སྒོ་ནས་བསྟོད་ཅེ་ན། གསུམ་གྱིས་བརྒྱུད་བསྟན་པས་ཏེ། འབྲེལ་པའི་དགོངས་  
 པའོ། །འོ་ན། ཡུམ་གྱི་དོ་བོ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། སྤྱིར་ཤེས་རབ་ལ་ཡུམ་དང་ཅིག་ཤོས་ལ་ཡབ་གྱི་ཐ་  
 སྙད་འདོགས་བ་མང་མོད་ཀྱང་འདིར་བསྟན་ཡུམ་ནི་དེ་ཙམ་ལ་བྱར་མི་རུང་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཡུམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཡུམ་ཞེས་བསྟོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་སྤྱོད་  
 འཕགས་བཞེར་པན་འདོགས་པའི་ཕྱིར་སྟམ་དུ་དགོངས་ནས་ཡུམ་ཞེས་སོ། །མདོར་ན་མདོའི་  
 སྐབས་སུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅེས་མང་དུ་གསུངས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་འདིར་དངོས་པོ་བརྒྱུད་དུ་རུབ་གྱིས་

བསྐྱུས་ནས་དང་། དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཞེས་པ་གཅིག་ཏུ་ཕྱིལ་གྱིས་བྲིལ་ནས་དེ་ལ་ཕྱག་  
འཆོལ་བ་ཡིན་པས་འདྲིར་བསྟན་ཡུམ་དུ་མ་འདུས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མེད་དོ། ། འདྲིར་  
འཕགས་བཞིའི་དོན་སྒྲུབ་པར་བཤད་པས་ནི་ཡུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་དེ་བཞིའི་  
ཡུམ་དུ་སྟོན་པ་མིན་ཏེ། ཅ་བར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་ཡུམ། ཞེས་དང་། འགྲེལ་བར། བཙུམ་ལྷན་  
འདས་མ་ཞེས་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཡུམ་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དོན་ལ་སྤྲས་བཞི་ཀའི་ཡུམ་  
ཡིན་བཞེན་དུ་བསྟོད་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཡུམ་དུ་བསྐྱུགས་པ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན། སྤྱི་ལ་  
གཅིག་ཆོག་སྐྱར་བས་སྟོན་མེད་ཅེས་གསེར་ཐེང་དུ་གསུངས་མོད་ཀྱང་། དགོངས་པ་ནི་མདོར་  
ན་འཕགས་བཞིའི་དོན་སྒྲུབ་པའི་ཆ་ནས་དེ་བཞིའི་ཡུམ་ཞེས་བསྟོད་པ་མིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ན་ཉན་  
རང་གི་ཡུམ་ཞེས་ཀྱང་བསྟོད་པར་འགྱུར་བས་དེ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ཉན་རང་  
ནི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐབས་འདྲིར་དམངས་རིགས་དང་འདྲ་བས་དེའི་ཡུམ་ཞེས་བརྗོད་ན་བསྐྱུགས་  
པར་མི་འགོ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལ་དགོངས་ནས། ཅ་བར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་ཡུམ། ཞེས་དང་།  
འགྲེལ་བར། བཙུམ་ལྷན་འདས་མ་ཞེས་གསུངས་ཀྱི། ཉན་རང་གི་ཡུམ་ཞེས་མ་གསུངས་པ་  
ཡིན་ནོ། ། འོ་ན། ཉན་ཐོས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཆོག་པ་བཅས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་ཡུམ། ཞེས་  
པའི་དོན་གང་ཞིག་ཅེ་ན་འཁོར་ཉན་ཐོས་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོག་པ་དང་བཅས་བའམ་ཆོག་པ་  
གྱིས་བསྟོར་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུམ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ཅ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་  
པའོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཡུམ་གྱི་ཆོག་པ་པ་ན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཆ་ཡོད་ཅིང་དེས་ཉན་རང་གཉིས་  
ཀྱང་སྟེད་མོད་ཀྱང་བསྟོད་པའི་ཆེ་དེ་གཉིས་སྟེད་པའི་ལྟོག་པ་ན་བསྟོད་མི་རུང་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་  
མཚན་ན་དགོངས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུམ་ཞེས་པ་སྤྱི་ལ་གཅིག་ཆོག་སྐྱར་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་  
བཤད་ཚུལ་ནམས་བྱང་ལ། གསེར་ཐེང་དུ་ཡང་དེ་ལྟར་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་བོད་སྤྱི་མའི་  
འདོད་བརྗོད་ཙམ་ཡིན་གྱི། གསུང་བ་པོའི་དགོངས་པ་མིན་ནོ། ། གཞན་ཡང་སྤྱར་ལྟར་བྱས་ན་

ཅུ་བར་ཚོགས་བཅས་ཞེས་པའི་བཅས་པ་དང་འགྲེལ་བར་བསྐྱོར་ཞེས་པའི་བསྐྱོར་ས་ནི་སངས་  
རྒྱུ་ཉིད་ལ་བྱ་དགོས་མོད་ཀྱང་། གསེར་མེད་དུ་ཡུམ་ལ་བྱ་བར་གསུངས་པ་ཡང་བྱེད་ནས་འོ།།

ན་མོ་གྲུ་བུ། གླ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ལ་བརྟུང་ནས།། བྱང་དེས་ཐེན་ཐེན་རྒྱལ་ས་  
རིམ་འདེབས་འདོད་ན།། རང་གཞན་ཀུན་ལ་སྤྲོད་པའི་ལེགས་བཤད་དུ། འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་  
རྒྱུ་བས་ལ་བར་གཙོད་སོལ།།

འཁོར་ལོ་གསུམ་དུ་འབྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དེ་གསུམ་གྱི་ནམ་གཞག་བཤད་པ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྩོམ་སོགས་ཀྱིས་དུས་སྤྱི་ཆེའི་སྟོན་དང་། ཡུལ་མ་ཁར་གསུངས་  
པའི་མདོ་ཐམས་ཅད་འཁོར་ལོ་དང་པོ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཆེའི་བར་དང་བྱ་རྒྱུ་ལྷན་པོ་རིང་  
གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་བར་པ། སྤྱི་ཆེའི་སྟོན་དང་ཡུལ་ཡངས་ཅན་སོགས་མ་དེས་པ་རྣམས་  
སྤྱི་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་འཁོར་ལོ་ཐ་མར་བྱེད་ཅིང་། ཡང་འཁོར་གྱི་འདུ་ཐེབས་དང་གཉིས་  
སོགས་སོ་སོར་གསུངས་པ་རྣམས་རིམ་བཞིན་འོ།། འཁོར་ལོ་གསུམ་དུ་འཛོག་པ་སོགས་མི་  
འཐད་ལ། རང་ལུགས་གཙོ་བོར་བརྟེན་བྱའི་སྒོ་ནས་བྱེད་པར་གསུང་སོ།།

འདིར་དོགས་དཔྱད་ནི། འཁ་ཐབས་རྒྱུ་མ་པོར་བགོ་བར་གསུངས་པ་དང་འདུལ་བ་  
བྱང་མཐུན་ལྟ་བུ་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ་དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ནམ་མིན། ཡིན་ན་དགོངས་  
འགྲེལ་ནས་གསུངས་པའི་དེས་དོན་ལས་འོས་མེད་པས། འདིར་བྱང་དེས་དཔྱད་པའི་གཞིར་  
འགྱུར་རོ།། དེ་འདོད་ན་ཁས་ལེན་དང་འགལ་ལོ་སྤྲུལ་ན་དཔྱད། དེས་དོན་ཡིན་ཏེ། དངོས་  
བསྟན་སྤྱི་ཆེའི་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཁ་ཐབས་རྒྱུ་མ་པོར་དེས་བར་བགོ་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
གསུངས་། འོ་ན་འཁོར་ལོ་བར་པའི་དངོས་བསྟན་ཡང་སྤྱི་ཆེའི་བཞིན་པར་ཐལ། དེས་དངོས་སྤྱི་  
དོན་མེད་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། བསྟན་པ་ལྟར་བྱེད་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དངོས་སྤྱི་ཆེའི་  
ཅེ་ན། དེ་བསྟན་པར་ཐལ། ཐམས་ཅད་དངོས་སྤྱི་བསྟན་པ་གང་ཞིག །འཁོར་ལོ་ཐ་མ་གཉིས་དངོས་



བསྟན་དགོངས་པ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟེན་ན་ཡང་དབྱེ། མྱོ་ལས་རྟོན་པ་བཞི་ནི། གང་ཟག་  
དང་ཆོས། ཆོག་དང་དོན། བྱང་བ་དང་ངེས་པ། རྣམ་ཡིད་གཉིས་སོ།། གང་ཟག་ལ་མི་རྟོན་ཆོས་  
ལ་རྟོན་ཞེས་པའི་གང་ཟག་ལ་གཉིས་ཏེ། བཆོག་དང་པལ་པའོ།། དང་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་དང་  
གནས་བརྟན་མཆོག་ལྟ་བུའོ།། དེ་ལ་མི་རྟོན་པར་ཆོས་ལ་རྟོན་པའི་དོན་ནི། དེ་འབྲ་བའི་གང་  
ཟག་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ཙམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁས་ལེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཆོས་ལ་  
རིགས་པས་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ་ཁས་ལེན་པའོ།།

གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ངེ་ལྟར་སེམས་པ་བཞིན་དུ་ཐར་པའི་  
ཐབས་སུ་མི་བདེན་པས་ཁས་ལེན་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གང་ངེ་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་  
དེའི་ཐབས་སུ་བདེན་པས་ཁས་ལེན་པ་སྟེ། འདི་ནི་པལ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གང་ཟག་ལ་མི་  
རྟོན་ཆོས་ལ་རྟོན་ཆུང་ལོ།། གྲང་ཐང་དཀའ་འགྲེལ། བྱེ་སྤྲུལ་འགྲེལ་གིས་མདོ་སྡེ་ཐམས་ཅད་  
ངེས་དོན་དུ་འདོད་ཅེས་རྟོག་གི་འབར་བར་བཞག་ལ་ལ་ལས་བྱང་ངེས་བྱེ་ཡང་ཐེག་ཆེན་བཀའ་  
མི་འདོད་ཅེས་སྟོང་ཕྱན་ཆེན་མོར་གསུངས་སོ།། གང་སྤྱད་བསྐྱེད་ལེས་བྱར་ཙམ་གསུངས་ཀྱང་  
རྟོག་པའི་ཞེན་བཞེར་རང་མཚན་ཀྱིས་བྱུང་བར་བསྟན་པར་མི་འགོ་སྟེ། དེ་ནི་གདུལ་བྱའི་གོ་  
ཆོད་དང་སྟོན་པའི་ཐུགས་དགོངས་གཉིས་ཆོག་གིས་མིན་པས། ཤམ་ཐབས་རྒྱུ་པོར་བགོ་  
བར་གསུངས་པ་སོགས་ལ་དེར་འགྱུར་པའི་ཉེས་པ་མེད་དོ།།

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ།། འདིར་ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་མདོར་བསྟུས་བྲི་བར་བྱའོ།། དེ་ཡང་། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་  
ལ་དམིགས་ཞེས་པ་དང་། འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཞེས་ཆོག་གསུམ་ཀྱི་དོན་ཤེས་དགོས་  
སོ།། རྫོགས་བྱང་ཞེས་པ་རྫོགས་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཞེས་པ། རྫོགས་བྱེད་གཞི་ཤེས་དང་།  
ལམ་ཤེས། བྱང་བ་རྣམ་མཁྱེན་ཞེས་མཁྱེན་གསུམ་དང་། དམིགས་ཞེས་པ་དང་། དུལ་མཁྱེན་

གསུམ་ཞེས་པ་འདྲའོ། ། འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཞེས་པའི་འདུན་ཚུལ་རི་ལྟར་ཞེ་ན། རང་  
 སེམས་དང་མཐུན་གསུམ་སྦྱར་བ་སྟེ་བཞིའི་སྟོན་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་འདུན་པ་དང་གཞན་  
 འོན་ཏེ་ཞེས་པས་འབྲས་བུ་ཆོས་སྦྱེ་ལ་གཞན་དོན་མངའ་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་པའོ། ། དེས་ན་  
 ཆོག་གསུམ་གྱི་དོན་གྱི་སྟེང་ཏེ་མཐུན་གསུམ། སྦྱར་བཞི་ཆོས་སྦྱེ་དང་བཅས་པའི་དོན་ཆང་བའི་  
 སྟོན་སེམས་བསྐྱེད་ན་དངོས་དང་། དེ་མིན་ན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་མིན་ནོ། ། དེ་ཡང་གཞུང་  
 ལུགས་ནམས་སུ་ལམ་ལུས་འགོད་ལུགས་གངས་ཁ་འདྲེན་པ་སོགས་ཅུང་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་  
 ཡང་བྱམས་ཆོས་སྟེ་ལྟ་དང་། རིགས་ཆོགས་དྲུག་རང་རང་ལས་གསལ་བ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་།  
 གཞུང་ལུགས་ཁོག་འདྲ་བ་སྤར་ལྟར་ཆང་དགོས་སོ། ། ཞེས་རྟོ་རྟེ་འཆང་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 བྲིས་པའོ། ། འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་སྟོགས་ཅིང་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱས་པར་ལམ་རིམ་དང་མངོན་  
 རྒྱས་སྤར་ནས་ཤེས་དགོས་སོ། ། དེ་ཡང་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལ་སྤར་བ་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡི་དོན་བཅུ་  
 དང་སྤར་བ་འབྲིང་། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་རེ་རེ་ལ་སྤར་ཚུལ་ནམས་ཤེས་པར་བྱའོ་གསུངས་སོ། ། །

སུམ་ཅུ་པ་དང་ཉགས་གྱི་འདུག་པའི་དཀའ་འགྲེལ་དོན་གསལ་མེ་ལོང་  
 ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གྲུ་རུ། རྒྱལ་ཀུན་མཐུན་རབ་ལི་ཁྱི་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས། མཚན་དཔེའི་ཐིག་ལེ་  
 གཅིག་ཏུ་སྟོན་པའི་གར། འཇམ་མགོན་གཞོན་ནུ་མཚོ་བླ་མ་དང་ལྟན། དབྱེས་པའི་གར་  
 ལྟབས་སྟོང་གི་གོ་རུ་མངོན། །

གང་གང་ཆོག་གི་མེ་ལོང་མ་བརྟེན་པར། དེ་དེའི་རྣལ་མའི་རང་ཞལ་མི་མཇམ་  
 ཟུང་། མང་མང་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱལ་ལྷ་ལྷུ་འུའི་གཞུང་། སྟོགས་སྟོགས་དཔོག་པའི་རེ་བས་

འགྲེལ་ལ་ཞུགས།།

བྱང་བ་གཞོན་ནུས་འདབ་གཤོག་བསྐྱོད་པ་ལ།། མཁའ་ལྗེ་དབང་པོས་རི་མི་སྐྱམ་པ་  
བཞིན།། གློ་དམན་བདག་འབྲས་བར་ཞུགས་པ་ལ།། མཁས་པའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཐུགས་ཀྱིས་  
མི་ཁྲིལ་གསོལ།།

དེ་ལ་འདིར་གང་ཡང་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་ཡོན་ཏན་སྐྱེ་དང་མི་སྐྱེ་ནི་ཡི་གེ་ཤེས་  
མི་ཤེས་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་དེ། དེ་ལ་དགོངས་ནས། སྔོན་གྱི་མཁས་དབང་དུ་མས་སྐྱ་སྐྱོར་  
སུམ་ཉགས་ཀྱིས་ཐོག་བྲངས་བརྩ་སྔོན་གཙུག་ལག་གི་གཞུང་རྣམས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བར་མཛད་  
ཅིང་། དེར་མ་ཟད་དེང་སང་གི་དུས་སུ་ཡང་གནས་འདི་ལ་སྐྱེད་པ་མཐར་མོན་པའི་ཆད་ལྡན་  
མཁས་པ་མང་པོས་འཆད་པ་དང་རྩོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་མཐའ་དབུས་ཀྱང་ཏུ་ཉིན་མོ་  
ལྟར་གསལ་བར་མཛད་དང་མཛད་བཞིན་པ་དེ་ལྟ་ལགས་ན། སྔོན་ཆད་ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་བསོད་  
ནམས་ཆོག་ས་སུ་མ་བསགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཆེ་འདིར་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་བཞུན་ཏེ་མ་  
སྤྱད་རིག་གནས་ལ་ཉིན་གཅིག་ཙམ་ཡང་སྐྱེད་པའི་སྐལ་བ་དང་བྲལ་ཞིང་སྐྱེས་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་  
རབ་ཀྱང་དུས་སྤལ་གྱི་སྤྱོད་དང་མཚུངས་པའི་མགིན་བཟང་བདག་ལྟ་བུས་འདི་སྒོར་སྐྱོ་བའི་  
ལུགས་སུ་བྱས་པ་ནི་ཉི་མའི་གམ་ན་མེ་འབྲེར་བཏེགས་པའི་ངང་ཚུལ་དུ་འགྱུར་བར་མ་ཟད།  
མཁས་པ་རྣམས་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་ཁྲིལ་བའི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་པར་རྟོགས་མོད། དེ་ལྟ་ནའང་  
འཇམ་མགོན་ས་སྐྱ་བརྩེ་ཏས། རིག་པ་ནང་པར་འཆི་ཡང་བསྐྱབ།། ཆེ་འདིར་མཁས་པར་མ་  
གྱུར་ཀྱང་།། སྐྱེ་བ་བྱི་མར་བཅོལ་བ་ཡི།། རོར་ལ་རང་ཉིད་ལེན་དང་མཚུངས།། ཞེས་བཀའ་  
སྤེལ་བའི་དོན་ཡིད་ལ་བརྟགས་ནས། གཅིག་ཏུ་ན་ཆེ་བྱི་མའི་དོན་དུ་བག་ཆགས་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
འཛོག་ཐུབ་པའི་རེ་བས་དང་། གཉིས་སུ་ན་འབྲས་ཀྱི་ཞོར་ལ་སོག་མའི་དཔེ་ལྟར་གཞུང་ཆེན་  
བལྟས་པའི་ཞོར་ལ་ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་རྣམས་མི་བརྩེད་པའི་སྤྱད་དུ་དང་། གསུམ་དུ་ན་མཁས་པ་

གཞན་གྱིས་ཡོ་བསྐང་དང་འབྲེལ་མ་ཞེས་བཀའ་སློབ་ཡོང་བའི་རེ་འདུན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་སློབ་ས་  
 བ་སྦྱིས་ཤིང་། དེའང་གང་ཉོག་ས་སྤྱོད་ཞིང་གཞན་དུ་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཆེ་བ་ནམས་བཏགས་ཟེན་  
 འཐག་པའི་ངལ་བ་མ་བྱས་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་འཇུག་པ་མཛོད་བསྐྱུས་ནས་དང་། དེ་ལས་  
 གོ་སྤྱོད་བ་ནམས་ཐོལ་འཛོག་མ་ཡིན་པར་དམིགས་ཕྱག་པའི་ཚུལ་གྱིས་སློབ་རྩ་བུ་སྟེ།

དེས་ན་འདི་ལ་གཉིས། སུམ་ཅུ་བ་བཤད་བ་དང་། ཉགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་  
 པའོ། དང་པོ་ལ། སྤྱོད་བ། དངོས་གཞི། མཇུག་གི་དོན་ཉོ། དང་པོ་ལ། མཆན་དོན། འགྲུང་  
 ཕྱག །མཆོད་བཟོད། ཚུམ་པའི་དམ་བཅའོ། དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ཀ་ར་ཏ་ལུ་ལ་རྩོ་  
 འད་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན། ལྷ་ཀ་ར་ཏ་ལུང་སྟོན་བ། ལུ་ལ་ཅ་བ། རྩོ་འད་  
 སུམ་ཅུ་བ། རྒྱ་མ་ཞེས་བྲ་བའོ།

གཉིས་བ་ནི། དག་གི་དབང་ཕྱག་འཇུག་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་བ་སྟེ།  
 ཚུམ་པའི་བར་ཆད་ཞི་བའི་ཆད་དུ་འདོད་པའི་སྤྱོད་ལ་ཕྱག་མཇོད་པའོ།

གསུམ་བ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱིས་བྱེན་བཞི་སྟེ། དང་པོ་དགོན་མཆོག་སྤྱི་ལ་བསྟོད་པ་ནི།  
 གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། དགོན་མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་བ་སྟེ། རྒྱ་ད་  
 རྒྱ་ཅ་འབྲེལ་སོགས་ནས་ངེ་སྐད་གསུངས་པ་བཞིན་དགོན་མཆོག་སྤྱི་དང་སོ་སོ་ལ་ཕྱག་དུ་བྱུང་  
 བའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་མངའ་བ་ནམས་ཀྱིས་ཕྱགས་འཕྲོགས་ནས་སྤོ་གསུམ་རབ་ཏུ་དང་བས་  
 ཕྱག་མཇོད་པའོ།

གཉིས་བ་འཇུག་དབྱངས་ལ་བསྟོད་པ་ནི། གང་གིས་སྤྱོད་དབྱངས་ཀྱན་  
 གསུངས་པའི། འཇུག་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་བ་སྟེ། འཇུག་དབྱངས་ནི་རྒྱལ་  
 བ་ཀྱན་གྱི་ཕྱགས་མཁུན་པའི་རང་གཟུགས་ལྟར་ཤར་བ་ཡིན་ཞིང་། མཁུན་རབ་ནི་སྤྱོད་དབྱངས་  
 ཀྱན་གསུངས་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པར་དགོངས་ནས་སམ། ཡང་ན། ཡི་གེ་བྲུབ་འཇུག་ལྟ་ཡིས་

བཀོད།། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་ང་རོས་བྱངས།། ཞེས་འབྱུང་བ་དང་བསྟན་ནས་དེ་ལྟར་  
བྱག་མཛད་པའོ།།

གསུམ་པ་དབང་བྱག་ལ་བསྟོད་པ་ནི། གང་གིས་མིང་གཞི་སྟོན་གསུངས་པ།། ཏྲག་ཞི་  
པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ།། ཞེས་པ་སྟེ། རིག་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་གཙུག་ལག་གི་གཞུང་འགའ་  
ཞིག་ལས། ཡི་གེ་ཐོག་མར་སྟོལ་གཏོད་པ་སོ་ནི་ཏྲག་ཞི་བ་སྟེ་ལྟ་དབང་བྱག་ཡིན་པར་བཤད་  
པས། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེར་བྱག་མཛད་པའོ།།

བཞི་པ་སྐྱ་མ་ལ་བསྟོད་པ་ནི།། ལྟེན་སྦྱར་ལེགས་མཛད་མཁས་རྣམས་དང་།། སྐྱ་མ་ལ་  
ཡང་བྱག་འཆལ་ནས།། ཞེས་པ་སྟེ། འདིར་ལྟེན་སྦྱར་ནི་སྐབས་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲིའི་བསྟན་བཅས་  
ལ་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ན་དེ་མཛད་པ་སོའི་མཁས་པ་སྤྱི་དང་། བྱུང་པར་དངོས་ཀྱི་སྐྱ་མ་  
རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་བཞུགས་པས་བྱག་མཛད་པའོ།། རྣམ་ཞེས་པ་ནི་མཚམས་སྒྲུབ་པ་སྟེ།  
བྱག་འཆལ་ནས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། བསྟན་བཅས་ཚུལ་པའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་ཅེས་པར་སྟོན་པའོ།།

བཞི་པ་ཚུལ་པའི་དམ་བཅའ་བ་ནི། བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་།། རིག་བྱེད་སྐྱ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ།། མིང་ཆོག་བཛྲོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞི།། ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་བཤད་པར་བྱ།། ཞེས་པ་  
སྟེ། རང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་། ཕྱི་རིག་བྱེད་སོགས་  
གཞུང་སྐྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་ལ། འཛིག་ཉེན་ན་མིང་ཆོག་ཏུ་བཛྲོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞི་བྱེད་པའི་  
ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་གང་རིམ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱའོ།། ཞེས་པའོ།།

བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཚུལ་ནི། ལམ་བསྐྱབ་གསུམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ལྷུང་སྟེ་  
སྟོད་ཤེས་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ཡི་གེ་ཤེས་དགོས་པས་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ། སྤྱིའི་དོན་དང་། སྐབས་ཀྱི་དོན་ནོ།། དང་པོ་ལ། མིང་ཆོག་  
ཡི་གེའི་རྣམ་གཞག་དང་། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དྲོགས་གཅོད་དོ།། དང་པོ་ནི། དཔང་

རྫོ་ཁྲོས་བརྟན་པས། འོན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་པ་མིང་། དེ་ཡི་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་ཆོག །གང་ཡང་མི་  
 སྟོན་ཡི་གེའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འོན་གྱི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པ་མིང་གི་མཆན་ཉིད། འོན་གྱི་  
 ཁྱད་པར་ཙམ་སྟོན་པ་ཆོག་གི་མཆན་ཉིད། གང་ཡང་མི་སྟོན་པར་གདངས་ཙམ་དུ་གནས་པ་ཡི་  
 གེའི་མཆན་ཉིད་དེ། མཉན་བྱ་ཞེས་པ་གསུམ་ཆར་གྱི་བྱར་ལའོ། འོ་ན་ཙམ་སྟོན་གྱི་ཐུགས་བཅད་  
 གང་ཞེ་ན། དང་པོས་ཆོག །གཉིས་པས་གཞུང་། གསུམ་པས་འོན་སྟོན་ཆད་གཅོད་དོ། རི་ལྟར་  
 གྲུབ་པའི་རིམ་པ་ནི། ལྷེ་རྒྱ་འདུས་པ་ལས་ཡི་གེ་དང་། ཡི་གེ་འདུས་པ་ལས་མིང་དང་། མིང་  
 འདུས་པ་ལས་ཆོག་ཏུ་གྲུབ་པར་གསུངས་པས། སྟོན་གྱི་ཆུ་འབྲས་སུ་འབྲེལ་ལོ། དེའི་ཕྱིར་གང་  
 ཡི་གེ་ཡིན་ན་འོན་མི་སྟོན་དགོས་ཤིང་། མིང་ཡིན་ན་འོན་སྟོན་དགོས་པས། དེ་གཉིས་གཞི་  
 མཐུན་དུ་འདུ་བའི་གནས་མེད་དོ། གཞན་ཡང་ས་བོན་དང་ཚུ་ལུང་སོགས་སྟུ་གྲུ་ཡིན་ན་དེ་  
 དག་འདུས་པ་ལས་སྟུ་གྲུ་འབྲུང་བའི་འོན་མེད་པ་ལྟར། ག་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཉིད་མིང་ཡིན་ན་དེ་  
 དག་འདུས་པ་ལས་མིང་འབྲུང་བའི་འོན་མེད་པས། དེས་ན་ཁ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེ་ཉིད་གདོང་  
 པའི་ཁ་ལ་སོགས་པའི་མིང་དུ་སྟོན་བ་ནི་གནས་མིན་གྱི་ལོག་པར་རྟོག་པ་ཆེན་པོའོ། འོ་ན་ཁ་  
 ཞེས་བྱ་བས་ཁའི་འོན་སྟོན་ཏམ་མི་སྟོན། མི་སྟོན་ན་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བས་ཀྱང་གཟུགས་ཀྱི་  
 འོན་མི་སྟོན་པ་སོགས་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་ལ། སྟོན་ན་དེ་ཉིད་ཁའི་མིང་དུ་གྲུབ་པས། མིང་དང་ཡི་  
 གེ་གཉིས་རི་ལྟར་འགལ་སྟམ་ན། པལ་ཆར་གྱིས་དཀའ་བའི་མདུད་པ་འདི་མི་འཁྲོལ་བར་འདུག་  
 པས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཁ་ཞེས་བྱ་བའི་སྟེ་དེ་ནི་ཡི་གེ་ཁ་དང་འགཉིས་ཆོགས་  
 པའི་མིང་ཡིན་གྱི་ཡི་གེ་མ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེས་འོན་སྟོན་ཀྱང་ཡི་གེས་འོན་སྟོན་པར་ག་ལ་  
 འགྲོ། མཁས་པ་འཇུག་པའི་སློལ་ས་ཀྱང་། རྣམ་དབྱེའམ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སློལ་ས་འོན་གོ་བ་ཡིན་  
 གྱི། ཡི་གེའི་ལྗོན་པས་གོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ། ཞེས་སོ། འོ་ན་  
 ཡི་གེ་རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ག་དང་ཁ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེའི་གདངས་ཙམ་ཏེ། དཔེར་ན་ཁ་ཞེས་བྱ་

བའི་མིང་གི་ཆོག་པ་ན་ཡོད་པའི་ཁ་དང་འཡི་གདངས་ལྟ་བུའོ། དེའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་ནི་མིང་ཚུལ་  
བྱེད་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་། མིང་ནི་དེས་བརྒྱམས་པའི་ཆ་ཅན་ཏེ། རི་ལྟར་གྲུབ་པའི་རིམ་པ་ཡང་ཐོག་  
མར་ཁ་ཡིག་མིང་གཞིའི་ཚུལ་དུ་དང་། དེ་ནས་དེ་ལ་འཡིག་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཞུགས་པ་ན་གཤོད་  
ཁ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། ཁ་སྐྱ་ཕྱི་ག་ལ་གཅིག་ །དོན་འདིའི་གནད་ཀྱིས་མིང་ལ་  
ཁའ་ཞེས་རྗེས་འཇུག་ཏུ་འཡིག་ཐོབ་ཅིང་། འབྲི་སློལ་ཡང་ཡོད་ལ། ཡི་གེ་ལ་ཁ་ཞེས་པ་ཙམ་  
ལས་རྗེས་འཇུག་མི་ཐོབ་ཅིང་། འབྲི་སློལ་ཡང་མེད་པ་སྟེ། འདི་གཅིག་བྱ་བྱེད་ནའང་ཡི་གེ་ལ་  
མིང་དུ་འབྲུལ་བའི་གནས་མེད་དོ། རྒྱ་མཚན་དེ་ནས་ཀྱི་ཕྱིར་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་གང་  
དུང་ཡིན་ན་མིང་གཏན་ནས་མ་ཡིན་དགོས་པས། གསལ་བྱེད་སྐྱམ་ཅུའི་ནང་ནས་མིང་དང་  
ཡི་གེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་བཅུ་བཞི་ལས་བཅུ་དྲུག་ཏུ་འཛོག་པ་སོགས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཤེས་  
སྒྲུའོ། དེས་ན་མཁས་དབང་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས། ཡི་གེ་ལ་དོན་མི་སྟོན་པས་མ་བྱུབ་  
སྟེ། མིང་གི་སྤང་བའི་མཐར་ཐུག་པ་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པའང་དོན་མིན་ཏེ། དེ་  
ལྟར་ན་ཡི་གེ་ཁ་དང་ཉ་སོགས་ལ་རྗེས་འཇུག་ཏུ་འཡིག་མ་ཞུགས་ན་རིམ་བཞིན་གཤོད་པའི་ཁ་  
དང་སྟོག་ཆགས་ཉ་ལ་སོགས་པའི་མིང་དུ་མི་འགྱུར་བར་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཞེད་པ་དང་དངོས་སུ་  
འགལ་ཞིང་། མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྟོང་། དོན་མི་སྟོན་པར་སྐྱ་སྐྱི་སྤང་བ་ཡི་གེའི་མཚན་ཉིད་དུ་  
གསུངས་པ་སྐྱ་སོར་བཞག་ཁས་སྤངས་པ་དང་ཡང་འགལ་ལོ། འོ་ན་མཛོད་ལ་སོགས་པར།  
མིང་གི་སྤང་མཐའ་ཡི་གེར་གསུངས་པའི་དོན་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་གཟུགས་ལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆར་  
གསེལ་ན་མཐར་རྩལ་ཙམ་དུ་ཟད་པ་ལྟར། མིང་ལ་སྐྱའི་ཆར་གསེལ་ན་མཐར་ཡི་གེ་ཙམ་དུ་ཟད་  
པའི་དོན་མིན་ནས་སྟུམ་སྟེ། དབྱེད་གཞིའོ། དེ་ལྟར་ན་རྩལ་ཆོག་པ་ན་མིག་གིས་བསྟར་ཡོད་  
ཀྱང་། ལྷ་རབ་གཅིག་ཁོ་ན་མིན་པ་ལྟར། ཡི་གེ་ཆོག་པ་ན་དག་གིས་བརྗོད་བྱས་ཀྱང་། གཅིག་  
ཁོ་ན་བརྗོད་མི་བྱས་སོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་བོའི་བསམ་ཚུལ་ལོ། ཡང་འདི་སྟུམ་དུ། མིང་དང་



ཡི་གེ་གཉིས་པོ་མཆན་ཉིད་མི་མཐུན་པས། གཞི་མཐུན་དུ་འདྲར་མི་རུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་། མིང་  
དང་ཆོག་གཉིས་པོ་མི་འགལ་ཏེ། ཤིང་རིང་པོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་མིང་དང་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པས་  
སོ།། ཞེ་ན། དེ་ཤིང་ལ་ལྟོས་ན་ཆོག་ཡིན་གྱི། མིང་མ་ཡིན། ཤིང་རིང་པོ་ལ་ལྟོས་ན་མིང་ཡིན་  
གྱི། ཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ཤིང་གི་བྱད་པར་བཟོད་ཀྱི་ངོ་བོ་མི་བཟོད། ཤིང་རིང་པོ་འདྲི་ངོ་བོ་བཟོད་  
གྱི། བྱད་པར་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་རོ། འདིས་གོས་འཇམ་པོ་དང་། རས་སེར་པོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་  
ཆོག་གཞན་ལ་འང་ཆ་ཕྱེ་ནས་འཛོག་ལུགས་ཤེས་དགོས་པར་ཡོད་དོ། དེ་ལྟར་མིང་ཆོག་ཡི་  
གེ་གསུམ་གྱི། སྤྱི་རིས་ཀྱི་ཤིང་ཅེ་མོ་ལྟར། མ་འབྲེས་འབྲེད་པའི་ཁྲལ་ལགས་ཀྱང་། འོར་  
ན་མཁས་རྒྱལ་ས་བཟོད་པར་མཛོད། གཉིས་བ་དབྱངས་གསལ་གྱི་རྒྱལ་གཞན་ལ། བྱད་པར་  
དང་། བྱང་རེས་སོ། དང་པོ་ནི། དབྱངས་ཡན་ལག་ལྟ་བུ་དང་། གསལ་བྲེད་ལུས་ལྟ་བུར་  
གསུངས་པས། དེ་གཉིས་སྐད་ཀྱི་གདངས་ཅམ་དུ་མཚུངས་ཀྱང་། ངོ་བོ་དང་བྲེད་ལས་སོགས་  
མི་མཚུངས་སོ།།

གཉིས་བ་ནི། ལྷ་ལི་གསལ་བྲེད་ཨི་སོགས་བཞི། ཞེས་གསུངས་པས། འདིར་དབྱངས་  
བཞི་ལས་མང་མི་རུང་ལ། དེའི་ཕྱིར་མཁས་བ་ལ་ལས། བཞིའི་སྟེང་དུ་ཨ་བསྐྱལ་ལོ་བྱས་བ་ནི་  
སྟོབ་དཔོན་ལ་ཅོ་འབྲི་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན། ལྷ་ལི་གསལ་བྲེད་ཨི་སོགས་ལྷ། ཞེས་འཆོས་དགོས་  
པར་འགྱུར་རོ། གལ་ཏེ་མི་མངོན་པའི་དབྱངས་ཡིན་པས་སྟོན་མེད་དོ་སྟུམ་ན་ཡང་སྟེ་ཅོར་  
ཏེ། མི་མངོན་ཞེས་བ་རྣ་བའི་ཡུལ་དུ་མི་མངོན་བ་ལ་བྲེད་ན། ཨ་མཉན་བྱ་མིན་པར་ཐལ་ཞིང་།  
མིང་གཞི་ལས་ལོགས་སུ་མི་མངོན་བ་ལ་བྲེད་ན། ཨི་སོགས་བཞི་ཡང་དེར་ཐལ་བས་སོ། ཅེ་  
སྟེ་ཨ་ཡི་གེ་ཀུན་གྱི་སྟོག་ཡིན་པས་དབྱངས་སྤྱི་རིགས་སྟུམ་ན། དབྱངས་དང་སྟོག་མི་གཅིག་  
པའི་ཕྱིར་དེས་ཀྱང་ལན་མ་ཐེབས་སོ། གཞན་ཡང་སྟོག་ཅེས་པའི་དོན་གང་ཡིན། ཨ་སྟོག་དུ་  
མ་ཞུགས་པར་ཆོག་དུ་བཟོད་མི་རྒྱས་པས་ཡིན་ནོ། ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། ངོ་མཆར་འཕྲལ་གྱི་

ལྷོ་མིག་ལས། རྟོག་ཅེས་པ་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་རྟོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་ཡི་གེ་རྣམས་  
བརྗོད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་རྟོག་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པས་གཞི་དོ། ། ལ་  
ལས། འཡིག་ཀྱང་མི་མངོན་པའི་དབྱངས་སུ་སྦྱ་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཏུ་མི་མངོན་པ་དང་དབྱངས་  
སུ་མི་མངོན་པ་མ་བྱེད་པས་བྱས་པ་སྟེ། རྗེ་ཏ་ཅང་ཅིངས་པའི་རྣམ་འགྱུར་རོ། ། རྗེས་འཇུག་ཏུ་  
མི་མངོན་ཆུལ་ཡང་། གླུ་གསར་བཅད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལ་སྐབས་འགར་མི་མངོན་པར་བྱས་  
པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་ཡི་གེ་ལ་མི་མངོན་པ་མིན་ཏེ། གླུ་ཀྱི་གདངས་ལ་བརྟག་ན་ཤེས་ནུས་སོ། །

ཁ་ཅིག་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས། འ་ཏ་ཨ་གསུམ་ཆར་མི་མངོན་པའི་དབྱངས་སུ་  
བཞེད་ཟེར་བ་ནི་མ་བརྟགས་པར་སྦྱ་བ་སྟེ། དེས་དེ་གསུམ་ང་རྗེའི་ཅ་བར་གསུངས་ཀྱི། དབྱངས་  
སུ་གསུངས་པ་མེད་དོ། ། རོན་ཏེ་ཅ་བར་འགོ་ཆུལ་ལ་ཅུང་ཟད་དབྱད་དགོས་པར་འདུག་ཀྱང་།  
མང་གིས་དྲོགས་པས་རེ་ཞིག་བཞག་གོ། །མདོར་ན་མིང་ཆོག་ཡི་གེ་གསུམ་ངོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་  
འགལ་བ་དེ་བཞིན་དུ་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གཉིས་ཀྱང་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འགལ་དགོས་  
པས། ལ་ལས། ཨ་ཡིག་དབྱངས་གསལ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་སྦྱ་བ་ནི་སྦྱ་པའི་ལུགས་ལས་བྱི་  
རོལ་ཏུ་གྱུར་པའོ། །

གཉིས་པ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ། སྦྱར་བྱ་ཡི་གེའི་རྣམ་གཞག་དང་། སྦྱར་ཆུལ་སྟངས་ཀྱི་  
རྣམ་གཞག་གོ། །དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། ། དང་པོ་ནི། ཡི་གེ་  
ལྷ་ལི་ཀྲ་ལི་གཉིས། ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་བཞི། ཀྲ་ལི་སུམ་ཅུ་ཐམ་པའོ། ། ཞེས་པ་  
སྟེ། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི་ལེགས་སྦྱར་ལ་གཞི་བླངས་པར་བཤད་པས། དེའི་ཆུལ་རི་ལྟ་བུ་སྟམ་  
ན། སྦྱར་ལེགས་སྦྱར་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ་ལྷ་ལི་དབྱངས་ཡིག་བཅུ་དྲུག་དང་། ཀྲ་ལི་གསལ་བྱེད་སོ་  
བཞི་ཡོད་པ་ལས། དང་པོར་ལྷ་ལི་གསལ་བར་མཆོན་བྱེད་དུ་འདིར་ཨི་ལྷ་སོགས་བཞི་དང་།  
གཉིས་པ་ཀྲ་ལི་གསལ་བར་མཆོན་བྱེད་དུ་འདིར་ཀ་ཁ་སོགས་འབྲུ་སུམ་ཅུས་འཐུས་པར་བྱ་

ཞེས་པའོ།། དབྱངས་ལ་ལྷ་ལི་ཅིག་ཤོས་ལ་ཀླ་ལི་ཞེས་པ་ནི་དེ་གཉིས་སོ་སོའི་ཁྲད་དུ་ཨ་དང་  
ཀ་བྱང་བས་ཏེ། དེ་ལྟ་ན། བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་ལ་ཨ་མེད་པས། ལྷ་ལི་ཀླ་ལི་ཞེས་པ་དངོས་  
བསྟན་ལེགས་སྒྲུབ་ལ་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་དགོས་པས་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་ལྷ་ལི་ཀླ་ལི་ཞེས་  
པ་ནམས་ནི་མཚོན་བྱེད་ལ་མཚོན་བྱའི་མིང་གིས་བཏགས་པར་ཤེས་སོ།། དབྱངས་གསལ་  
གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་གསལ་བྱེད་ནི། སྤྱི་མིང་བྱེ་བྲག་ལ་བཏགས་པ་སྟེ། ཡི་གེའི་སྐད་དོད་མཆ་  
ཞེས་པ་མིང་ཆོག་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་པས་ཡིན་ཞེས་མཁས་དབང་ནམ་གླིང་པའ་ཆེན་གྱིས་  
གསུངས་སོ།། དེའི་ཕྱིར་ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་བཞི།། ཞེས་པའི་གསལ་བྱེད་ནི་དེ་  
གསལ་བར་མཚོན་བྱེད་ལ་གོ་དགོས་པས། གསལ་བྱེད་སྔ་བྱི་མ་ནོར་བ་གཅེས་སོ།། དེས་  
ན་གང་དག་ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཅེས་པ་དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་བྱེད་ལ་བྱངས་པའང་དོན་མ་  
དགོངས་པར་གསལ་ལོ།།

གཉིས་པ་ལ། སྔོན་རྗེས་ཀྱི་བྱངས་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་ངོས་འཛིན་པའོ།། དང་པོ་ནི།  
དེ་ལ་རྗེས་འཇུག་བརྩ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་ལྷ་ནི་སྔོན་དུའང་འཇུག་མི་འཇུག་པ་ནི་ཉི་ཤུའོ།། ཞེས་  
པ་སྟེ། སྤུམ་ཅུ་པོ་དེ་ལས་ཆ་བྱེས་ན་རྗེས་འཇུག་བརྩ་ཡོད་ཅིང་། བརྩ་པོ་དེ་ལས་ལྷ་ནི་སྔོན་  
དུའང་འཇུག་ལ། སྔོན་རྗེས་གང་དུའང་མི་འཇུག་པ་ནི་ཉི་ཤུའོ།། ཞེས་སོ།། དེས་ན་ཡང་འཇུག་  
ཅ་བར་མི་གསལ་ཡང་ད་ལྟ་མི་སྤྱར་མི་རུང་བས། ཀླང་པ་གཉིས་པའི་འཇུག་ཐོགས་སུ། གཉིས་  
ནི་རྗེས་ཀྱི་རྗེས་སུའང་སྟེ། ཞེས་ཁ་བསྐྱང་བར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ལ། འཇུག་པ་བཤད་པ་དང་། མི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ།། དང་པོ་ལ། རྗེས་  
འཇུག་ངོས་བརྩུང་བ་དང་། སྔོན་འཇུག་ངོས་བརྩུང་བའོ།། དང་པོ་ནི། ཀླ་ལི་བྱེད་དང་བརྒྱད་  
སྟེ་ནི།། བཞི་བཞི་དག་ཅུ་བྱེ་བ་ལས།། དང་པོ་གསུམ་པ་བཞི་པ་ལས།། མས་གཉིས་དྲུག་པའི་  
གསུམ་པ་དང་།། བདུན་པ་ལ་ནི་ཤ་མ་གཏོགས།། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩ་རུ་འདོད།། ཅེས་པ་

སྟེ། ཀླ་ཡི་མཆོན་བྱེད་རྣམས་མིལ་ན་བྱེད་དང་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེར་འདུ་བ་ནི་སྟེ་བ་རེ་རེར་བཞི་བཞི་  
དག་ཏུ་བྱེ་བ་ལས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་དང་པོ་ཀ་སྟེ། གསུམ་པ་ཏ་སྟེ། བཞི་བ་པ་སྟེ་རྣམས་ལས་  
མས་ཏེ་མཐའི་ཡི་གེ་གཉིས་གཉིས་དང་། སྟེ་བ་བྲུག་པ་ཞ་སྟེ་འེ་གསུམ་པ་དང་། བདུན་པ་ར་སྟེ་  
ལ་ནི་ལ་མ་གཏོགས་པའི་ལྷག་མ་རྣམས་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་ག་ང་གཉིས། ད་ན་གཉིས། བ་མ་གཉིས་  
ཏེ་བྲུག་དང་། འ་ར་ལ་ས་བཞི་སྟེ། བརྒྱ་པོ་དེ་རྣམས་ནི་མིང་གཞི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་  
པས་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱར་འདོད་དོ། བྱེད་དང་བརྒྱད་ཏུ་འགྱུར་ཚུལ་ནི། ཀ་སྟེ། ཅ་སྟེ། ཏ་  
སྟེ། པ་སྟེ། ཅ་སྟེ། ཞ་སྟེ། ར་སྟེ། རངས་པོ་བདུན་དང་། ཏ་དང་ཨ་གཉིས་ཀྱིས་སྟེ་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་སྟོན་འཇུག་ངོས་བརྒྱད་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་ཉིད་ལས། དང་པོ་  
གསུམ་པ་ལྷ་པ་བྲུག །བདུན་པ་རྣམས་ནི་སྟོན་དུའང་འཇུག །ཅེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་  
བརྒྱ་པོ་དེ་ཉིད་ལས། དང་པོ་ག །གསུམ་པ་ད། ལྷ་པ་བ། བྲུག་པ་མ། བདུན་པ་འཡིག་རྣམས་ནི་  
རྗེས་སུ་མ་ཟད། སྟོན་དུའང་འཇུག་པས། སྟོན་འཇུག་ཅེས་བྲུ་ལ། ད་ས་གཉིས་ནི་རྗེས་ཀྱི་རྗེས་  
སུའང་འཇུག་པས། ཡང་འཇུག་ཅེས་པའོ།

གཉིས་པ་མི་འཇུག་པ་ནི། མིང་གཞི་གཉིས་སམ་གསུམ་སྟེལ་ལམ། དེ་ལ་དབྱེད་ས་ཀྱི་  
བཞི་ལྟ་ཡང་། གང་དུའང་འཇུག་མིན་སྒྱུར་བའང་མིན། ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་བརྒྱ་བསལ་  
བའི་ལྷག་མ་མིང་གཞི་རྣམས་ནི། ཀལ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་ཆེག་བྲིམ་གཅིག་ཏུ་ཡི་གེ་གཉིས་སམ།  
ཁལ་ཅ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་གསུམ་སྟེལ་བའམ། ད་དུང་དེ་ལ། ཀལ་ཅ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་དབྱེད་ས་ཀྱི་ཡན་  
ལག་དང་བཅས་བཞི་ལྟ་དུ་བྲས་སུ་ཟེན་ཀྱང་། རོན་གང་དུའང་འཇུག་པ་མིན་ཞིང་། སྟོན་རྗེས་  
སུ་སྒྱུར་བར་བྲུ་བའང་མིན་ཞེས་པའོ། དཔེ་ལ་ལར། དབྱེད་ས་ཀྱི་གཞི་ཞེས་པའང་བྱུང་མོད་ཀྱི།  
རོན་ལ་མི་འབྲ་བ་མེད་དོ།

གཉིས་པ་སྟོར་ཚུལ་ཤད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི། སྟོར་ཆེག་ཤད་ཅེས་པ་ཆེག་གོགས་གཞན་

དང་སྤང་ན་དོན་སྟོན་པར་རྒྱས་ཀྱི། མ་སྤང་ན་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོན་མི་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་  
བས། དེ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱིས་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་དང་། མི་སྟོས་  
པའི་སྤང་རང་དབང་ཅན་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྤྲར་བསྟུ། ལ་དོན། ཡི་ལྟན། རྒྱན་སྟུང། ལྟག་  
བཅས། འབྱེད་སྟུང། འབྱུང་ཁུངས། འཛོད་སྤྲའོ།

དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་ནི། མིང་གང་གི་ནི་མཐར་སྦྱར་བ། དེ་ལ་ལྷ་ལི་  
བཞི་པ་སྦྱར། སྤྲར་བསྟུ་བར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་པ་སྟེ། སྤྲར་བཤད་པའི་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་ཉིད་  
མིང་གང་གི་མཐར་སྦྱར་བ་དེ་ལ་ལྷ་ལི་བཞི་པ་ཨོ་སྦྱར་བ་གོ། ཁོ། ཁོ། ཁོ། ཁོ། ཁོ། ཁོ། ཁོ།  
སོ། སྟེ་དངོས་བསྟན་བརྒྱ་དང་། རྒྱགས་བསྟན་ཉིད་དང་བཅས་བརྒྱ་གཅིག་ནི་སྤྲར་སྟོས་ཉི་བཤད་  
པ་སྤྲར་བསྟུ་བའི་སྤྲ་ནི་ཤེས་པར་བྱའོ། འདི་ལ་ཆེ་སྟུང་དང་རྫོགས་ཆེག་ཅེས་ཀྱང་སྟེ། རང་གི་  
ཕྱི་ལོགས་སུ་ཆེག་ཆེ་གཞན་སྟུང་ཅིང་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བས་དང་། དོན་རྫོགས་པར་སྟོན་པས་  
ཡིན་ཞེས་མཁས་པ་འགས་གསུངས་སོ། འདིར་ན་ལུ་སོགས་མཁས་པ་ཁ་ཅིག །བྱའོ་ལྟ་བུ་  
རྫོགས་ཆེག་དངོས་ཡིན་ཀྱང་། བྱའོ་སྟུམ་ལྟ་བུ་རྫོགས་ཆེག་གཏན་མིན་པར་བཞེད་ལ། རྣམ་  
སྤྱིང་པཎ་ཆེན་སོགས་མཁས་པ་ལ་ལས། སྤྲ་མ་རྫོགས་ཆེག་བྱུང་པར་བ་དང་། ཅིག་ཤོས་  
རྫོགས་ཆེག་ཅམ་པོ་བར་བཞེད་ཅིང་། བྲ་ཉིས། གཉིས་ཀ་དངོས་གནས་པར་བཞེད་དོ། འདི་  
ཁོ་ན་འཐད་པར་རྟོགས་སོ།

གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། དོགས་སེལ་ལོ། དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་རྣམས་  
ལས། གང་མིང་མཐའ་ན་བརྒྱ་པ་གནས། དེ་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱར། གང་མིང་མཐའ་ན་  
བརྒྱད་པ་གནས། དེ་ལ་གཉིས་པ་ལྷ་ཡང་སྦྱར། བཞི་པ་དགུ་པ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། ལས་དང་  
ཆེད་དང་ཉེན་གནས་དང་། དེ་ཉིད་ཆེ་སྟུབས་ལ་སྦྱ་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་  
བརྒྱ་པོ་དེ་རྣམས་ལས། མིང་གང་གི་མཐའ་ན་རྗེས་འཇུག་བརྒྱ་པ་ས་ཡིག་གནས་པ་ལ་ལྷ་ལི་

གཉིས་པ་ལྷ་སྐྱར་བས་སུ་དང་། མིང་གང་གི་མཐའ་ན་རྗེས་འཇུག་བརྒྱད་པ་ར་ཡིག་གནས་པ་  
ལ་ལྷ་ཡི་གཉིས་པ་ལྷ་སྐྱར་ཡང་སྐྱར་བས་སུ་དང་། མིང་གང་གི་མཐའ་ན་རྗེས་འཇུག་གསུམ་  
པ་ད་ཡིག་གནས་པ་ལ་ལྷ་ཡི་གཉིས་པ་ལྷ་སྐྱར་བས་སུ་དང་། བཞི་པ་ན་ཡིག་དང་། དགུ་པ་ལ་  
ཡིག་གཉིས་ནི་དབྱངས་མ་སྐྱར་བ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་དངོས་བསྟན་ལྟ་དང་། རྒྱགས་  
བསྟན་ད་བྱག་གིས་བྱངས་པའི་རྟ་དང་། རྟ་ཡིག་བསྐྱས་པའི་ར་དང་བཅས་བདུན་པོ་དེ་རྣམས་ནི་  
ཡུལ་གང་ལ་འཇུག་ན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་། བདུན་  
པ་རྟེན་གནས་དང་། གཉིས་པས་བསྐྱས་པའི་དེ་ཉིད་དང་། བདུན་པས་བསྐྱས་པའི་ཆེ་སྐྱབས་ཏེ།  
ཡུལ་ལྟ་ལའོ།།

འཇུག་བྱེད་ཀྱི་མད་བདུན་པོ་དེ་དག་ལ་ལ་སྐྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བལ་ཆེར་ལ་དང་དོན་འབྲ་  
བས་ནའོ།། འབྲ་ཚུལ་ནི། ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཞེས་པ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཞེས་པ་གཉིས་དོན་འབྲ་  
བ་ལྟ་བུའོ།།

གཉིས་པ་ནི། གང་མིང་མཐའ་ན་བརྒྱད་པ་གནས།། དེ་ལ་གཉིས་པ་ལྷ་ཡང་སྐྱར།། ཞེས་  
པ་ལ་རྣམ་སྤྲིང་པཎ་ཆེན་གྱིས།། གཉིས་པར་ཞེས་བཅས་ནས།། སྟོན་འཇུག་གཉིས་པ་ད་ཡིག་  
ལ་ལྷ་སྐྱར་བ་ཞེས་བཀའ་བ་ནི། ཐོ་ཙྰ་འབའ་ཞིག་སྟེ། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་རྣམས་ལས།། ཞེས་  
རྗེས་འཇུག་གཞིར་བཞག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་འཇུག་བསྐྱེས་པས་སྐབས་དོན་འཆོལ་བ་དང་། ར་  
ལ་ལྷ་སྐྱར་བ་འདིར་བཤད་དགོས་རྒྱ་ལ་ཆད་པ་དང་། ད་ཡིག་ལ་ལྷ་སྐྱར་བ་ལོགས་སུ་བཤད་  
པ་དང་རྫོས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་སྤྲིའི་རྟས་པ་འདོན་དགོས་རྒྱ་ལ་མི་ཐོན་པ་སོགས་ཏེ།  
སྟོན་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།། འདིའི་འབྲུལ་གཞི་ནི། ལ་ཡིག་ལ་ལྷ་སྐྱར་བའི་དོན་ཡིན་ན་ར་མཐར་རྟ་  
སྐྱར་དགོས་པར་འགྱུར་སྐྱམ་པས་བྱས་པ་སྟེ། གཞུང་དོན་ཡེ་མ་དགོངས་པར་སྤང་ངོ་།། འོན་ཏེ་  
གཞན་གྱིས་ཁོང་འགོག་ལོ་བྱས་པ་ནི། གནད་དུ་བྱིན་མི་འདུག་གོ།

ཡང་མཁས་དབང་ལྷ་ཉི་དང་། སི་རྩ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པས། ལྷ་ཡང་སྦྲུལ། ཞེས་  
 པ་ལ་ལྷ་སྦྲུང་བ་ཡང་ཞེས་པར་བཅོས་ནས། ར་ཡིག་ཁོ་ནས་ལ་དོན་མཆོན་པར་མ་ཟད། ར་ལ་  
 ལྷ་སྦྲུང་བས་ཀྱང་རོ།། ཞེས་པའི་ཚུལ་དུ་བཀའ་ཉེ་སྤྲོན་མེད་པའི་ལེགས་བཤད་དུ་སྒྲིམ་པའང་  
 འཐད་པ་མིན་ཏེ། གཞུང་རང་དགར་བཅོས་པས་གཟུ་ལུས་ཆེས་དྲག་པའི་སྤྲོན་དང་། ར་ཡིག་  
 བསྐྱས་པའི་ནམ་གཞག་ནི་དུས་ཕྱིས་ཁོ་ནར་བྱུང་བས་གཞུང་གི་དགོངས་པར་མི་གནས་པའི་  
 སྤྲོན་གཉིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེས་ན་ཡང་ཞེས་པ་ནི་སྤྲོད་ཡང་གི་དོན་ཏེ། བཤད་ཅིན་ཏོ།།

འོ་ན། གང་མིང་མཐའ་ན་བརྒྱད་པ་གནས།། དེ་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྲུལ།། ཞེས་འོངས་  
 དེགས་སོ་སྙམ་ན། དེ་ལྟར་བྲས་ཆོ། དེ་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྲུལ།། ཞེས་པའི་ཆོག་འདྲ་གཅིག་  
 ཁོ་ན་ལན་གསུམ་སྦྱད་དེ་འོང་བས། སྤེབ་སྦྱོར་བབ་མི་ཆགས་པའི་ཕྱིར་རོ།། དོན་དེ་ལ་དགོངས་  
 བས། སྤ་ཕྱི་གཉིས་དང་ཆོག་སྦྱོར་རུང་མི་འདྲ་བར་གསུངས་པ་སྟེ། དགོངས་མཁན་མ་བྱུང་བ་  
 ལྟ་བུར་སྒྲུང་རོ།། གཞན་ཡང་ས་སུ་ག་བ་དྲག་མཐར་དུ།། ར་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། འ་དང་མཐའ་  
 མེད་ར་དང་རུ།། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། སྦྱིར་ས་མཐར་སུ་ལ་སོགས་པ་སྤོབ་མོད་ཀྱང་། གང་རི་  
 ལྟར་སྤོབ་ཚུལ་གཞུང་འདིས་བསྟན་པ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ནི་རྗེས་འཇུག་གང་ལ་ལྷ་སྦྲུང་བས་  
 ལ་དོན་དུ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་ངོས་བཟུང་བ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།།

དེས་ན་གཞུང་གི་བསྟན་ཚུལ་དང་དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་བྱེད་པ་ནི་གནད་དུ་ཆེ་བ་ཞིག་  
 སྟེ། དེ་མི་བྱེད་པའི་དབང་ཁོ་ནས་མཁས་དབང་དེ་ནམས་ཀྱང་མཆོམས་འདིར་འཛོམ་འདུག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ།།

འོ་ན་འཇུག་བྱེད་བདུན་ཆར་འཇུག་ཡུལ་ལྔ་ཆར་ལ་བྱེད་མེད་དུ་འཇུག་གས། འོགས་  
 རེ་ལ་ཡིན་སྙམ་ན། ཁ་ཅིག་ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པས་ཕྱི་མ་ལྟར་ཡིན་ཞེས་ཟེར་  
 མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་རང་གིས་དཔེར་བཞིན་མ་སྤོབ་པ་ཡིན་གྱི། དོན་ལ་མི་འཇུག་པ་མིན་ཏེ། འོག་



ཏུ་གསལ་ལོ།།

དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི་སྔ་མ་ལྟར་ཏེ། དེའི་ཚུལ་ལ། དངོས་དང་། འཕྲོས་དོན་  
ནོ།། དང་སོ་ནི། འདིར་འཇུག་བྱེད་བརྟན་ལས། དང་སོ་སྤྱི་གཞི་འི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
ན། ཤར་ཕྱོགས་སུ་འཕྲོ་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། བཞོན་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་ལྟ་བུ་དགོས་ཆེད། ལུབ་ཕྱོགས་  
སུ་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། གཤིས་ལུགས་སུ་བྱབ་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། སྤར་དུས་སུ་སོང་ལྟ་བུ་ཆེ་  
སྐབས་སོ།།

གཉིས་པ་རུ་ཡིག་འི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་མཁའ་རུ་ཕྱིར་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། མ་རུ་  
བྱག་ལྟ་བུ་དགོས་ཆེད། ལྟོ་རུ་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། བཙུ་རུ་འབྲིལ་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། སྤར་དུས་  
ལྟ་བུ་ཆེ་སྐབས་སོ།།

གསུམ་པ་རུ་ཡིག་འི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་བྱང་རུ་ཆས་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། བཞོན་  
དུ་བསྟེན་ལྟ་བུ་དགོས་ཆེད། ལང་རུ་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། འོད་རུ་འཆར་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། འབྲུང་  
དུ་ཉེ་ལྟ་བུ་ཆེ་སྐབས་སོ།།

བཞི་པ་རུ་ཡིག་འི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་ནི། ལུབ་རུ་འཕྲོ་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། གཙུག་རུ་མཆོད་ལྟ་  
བུ་དགོས་ཆེད། རྒྱབ་རུ་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། རྒྱབ་རུ་སྐྱར་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། རྒྱབ་རུ་འཁོར་ལྟ་བུ་  
ཆེ་སྐབས་སོ།།

ལྔ་པ་ན་ཡིག་འི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་ནི། འོག་ན་སྟོད་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། བཛོད་ན་སྟོད་ལྟ་བུ་  
དགོས་ཆེད། ལང་ན་གནས་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། སེམས་ན་བསམ་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། སྤར་ལངས་ལྟ་  
བུ་ཆེ་སྐབས་སོ།།

དྲུག་པ་ལ་ཡིག་འི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་ནི། གར་ལ་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། ལྷན་ལ་བསྟེན་ལྟ་བུ་  
དགོས་ཆེད། ཐང་ལ་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། ཡིད་ལ་བྲན་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། བཙུང་ལ་ཉལ་ལྟ་བུ་ཆེ་

སྐབས་སོ།།

བདུན་པ་རུ་ཡིག་བསྐྱས་པ་རའི་འབྲུག་ཚུལ་ནི། ལུས་པར་སྒྲུག་ལྟ་བུ་ལས་བྱ། བརྗེད་  
ཐོར་འགོད་ལྟ་བུ་དགོས་ཆེད། ཐུགས་ཀར་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་གནས། བསམ་སྒྲོར་འཁོར་ལྟ་བུ་དེ་  
ཉིད། མཆན་མོར་ཉལ་ལྟ་བུ་ཆེ་སྐབས་སོ།།

དེ་ལྟར་འབྲུག་བྱེད་བདུན་པོ་རེ་རེས་ཀྱང་ལས་བྱ་སོགས་ཡུལ་ལྷ་ཆར་ལ་རི་ལྟར་  
འབྲུག་ཚུལ་གསལ་ལ་འདྲིལ་བ་ཞིག་མ་མཐོང་བས། མཐར་ཆགས་སུ་ཞིབ་པར་བཞོད་  
བའོ།། ལས་བྱ་དང་། དགོས་ཆེད་དང་། རྟེན་གནས་གསུམ་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་ལ། དེ་ཉིད་ནི་ཁོ་  
ན་ཉིད་ཅེས་བ་སྟེ། བྱ་བ་དང་བྱ་ཡུལ་ངོ་བོ་ཐ་མི་དད་པའི་དོན་དང་། ཆེ་སྐབས་ནི་གང་གི་ཆེ་  
དང་གང་གི་སྐབས་ཞེས་བ་ཡིན་པས། དུས་ཀྱི་མཆམས་འདྲིལ་བྱེད་དོ།། རྣམ་སྒྲིང་བ་སོགས་  
མཁས་པ་ལ་ལས། དེ་ཉིད་ཅེས་བ་རེས་བཟུང་ལ་བཤད་མོད་ཀྱང་། ལས་བྱ་སོགས་བཞིར་མ་  
འདུས་པའི་ལ་དོན་མཐའ་དག་དེ་ཉིད་རུ་བསྐྱེད་དགོས་པས། ཅུང་གུ་དོག་པར་མཐོང་ངོ་།། འདི་  
དག་གི་དཔེར་བརྗོད་ལའང་མི་མཐུན་པ་མང་སྟེ། བྲ་ཉིས། ཐབ་ལ་མེ་བཏང་ལྟ་བུ་ལས་བྱའི་  
དཔེར་མཛད་ལ། འོན་ཏེ་དེ་ནི་རྟོག་ཡོས་པའི་དོན་རུ་ཡིན་པས། དགོས་ཆེད་ལས་མ་འདས་  
སོ།། རྣམ་སྒྲིང་པས། དབང་བསྐྱར་རུ་གསོལ། ཞེས་པ་ལས་བྱའི་དཔེར་མཛད་ཀྱང་། དེ་དབང་  
གི་དོན་རུ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཡིན་པས། དགོས་ཆེད་རུ་འོས་ཞེས་བྲ་ཉིས་སོ།། ཞ་ལུས།  
སངས་རྒྱས་ལ་སྐབས་སུ་མཆེ་ཞེས་པ་ལས་བྱའི་དཔེར་མཛད་དེ། ཆ་མ་བྱེས་ན་མི་འགྲིག་པ་  
འོག་ཏུ་འཆད་པ་ལས་ཤེས་སོ།།

གཉིས་པ་འཕྲོས་དོན་ནི། རྣམ་དབྱེའི་སྐྱོར་ཏེ། དེ་ལ་ངོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པ། ལས་སུ་བྱ་  
བ། བྱེད་སྒྲ། དགོས་ཆེད། འབྲུང་ཁུངས། འབྲེལ་སྒྲ། རྟེན་གནས། འཕོད་སྒྲ་སྟེ་བརྒྱད་དོ།། དང་  
པོ་ནི། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་སྒྲ་ཞིག་སྟེ། ལེགས་སྦྱར་ལ་དང་པོ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་

ལོགས་སུ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དེ་མེད་པས་གཞུགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་མིང་ཉི་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་འཛོག་  
དགོས་ཞེས་མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་གསུངས་སོ།། འོན་ཏེ་རྟོག་གི་པ་ལ་ལས། མིང་དང་རྣམ་  
དབྱེ་གཉིས་འགལ་དགོས་པས། ཚུལ་འདི་མི་འཐད་ཅེས་ཟེར་བའང་མཐོང་སྟེ། དབྱུང་བུའོ།།

གཉིས་པ་ནི། ལས་གང་ཞིག་གང་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པས་ན། ལས་སུ་བྱ་  
བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཕྱོགས་སུ་འགོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། དེ་ཡང་ཕྱོགས་ཉིད་འགོ་སའི་ཡུལ་དུ་གོ་བ་  
ནི་སུ་ཞེས་པའི་རྒྱས་པས་ཏེ། དེ་མ་སྐྱར་བར་ཕྱོགས་འགོ་ཞེས་བྱས་ན་ཕྱོགས་ཉིད་འགོ་བ་པོར་  
གོའི་འགོ་སའི་ཡུལ་དུ་མི་གོ་བའི་ཕྱིར་རོ།། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་དབྱེ་སྐྱར་བའི་དགོས་པ་རི་  
ལྟར་ཡིན་པ་ཡང་ཞེས་དགོས་ལ། སྐྱར་རྣམ་དབྱེ་ཞེས་པའི་ངེས་ཆེག་ནི། ཆེག་དོན་གྱི་ཆ་མ་  
འདྲེས་པར་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་སྟེ། འབྲེད་པར་བྱེད་པ་ལ་བཞད་དོ།།

གསུམ་པ་ནི། བྱ་བ་གང་གི་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཞིག་  
སྟེ། དཔེར་ན་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བསད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ།། འདི་ཡང་ལྷས་བྱིན་གསོད་པ་པོར་གོ་བ་  
ནི་གྱིས་ཞེས་པའི་རྒྱས་པས་ཏེ། དེ་མ་སྐྱར་བར་ལྷས་བྱིན་བསད་ཅེས་བྱས་ན་དེ་བསད་བྱར་  
གོའི་གསོད་པ་པོར་མི་གོའོ།།

བཞི་པ་ནི། བྱ་བ་གང་གི་དགོས་པ་གཙོ་བོར་མཆོན་པར་བྱེད་པས་ན། དགོས་ཆེད་  
གྱི་སྐྱེ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་ཞེས་པས་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། གཏེར་དུ་སྟེད་ཅེས་པས་  
བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་རོ།། སྤན་ལ་བསྟེན་ཞེས་པས་འཆོ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་པར་གོ་བ་ལྟ་བུའོ།། དེ་ལྟར་  
གོ་བ་ཡང་རིམ་བཞིན་སུ་དང་། དུ་དང་། ལ་ཞེས་པའི་རྒྱས་པས་ཏེ། དེ་བས་ན་དགོས་ཆེད་  
དངོས་ནི་སུ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་དེ་དག་གོ། །ཤར་ཕྱོགས་སུ་འགོ་ལྟ་བུ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དུ་  
ཚུགས་ཀྱང་། དེ་སུ་ཞེས་པའི་སྐྱས་མཆོན་མི་རྒྱས་པས་དགོས་ཆེད་ག་ལ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྤན་ལ་  
བསྟེན་ཞེས་པ་དགོས་ཆེད་ཡིན་ན། ཤར་ལ་འགོ་ལྟ་བུ་ཡང་དེར་ཐལ་བས། དེས་ན་དགོས་ཆེད་

ལ་ནི་སྒྲན་ལ་བསྟེན་ཞེས་བས་མི་ཆོག་གི་འཆོ་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའི་བྱང་པར་སྤྱར་དགོས་སོ་སྤྲུམ་  
ནའང་མ་ཡིན་ཏེ། ལ་སྤྱ་མས་དགོས་པ་མཆོན་ལ། ཕྱི་མས་མིན་པ་གནག་རྗེས་ཀྱང་ཤེས་པའི་  
ཕྱིར་རོ།། དེར་མ་ཟད་འཆོ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྒྲན་ལ་བསྟེན་ཅེས་བྱས་ན་དགོས་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཕྱིར་  
ཞེས་བས་མཆོན་གྱི། ལ་ཞེས་བས་མིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མཁས་པ་འབྲུག་པའི་སྒྲོར། ཤིང་གི་  
ཕྱིར་ཆུ་འབྲེན་བྱ་བ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་དགོས་པའི་ཆོག་དང་། ཞེས་ཕྱིར་ཞེས་པའི་སྤྱ་ཉིད་དགོས་  
ཆེད་དུ་གསུངས་པས་ཤེས་ཀྱས་སོ།། འདི་དང་སྤྱར་ན་དགོས་ཆེད་ལ་དོན་ཡིན་པའི་ངེས་པ་  
ཡང་མེད་དོ།། གཞན་ཡང་གོས་འཐག། རྒྱན་བརྟུང་ལྟ་བུ་ནམ་དབྱེ་མ་ཡིན་ཡང་། གོས་སུ་  
འཐག། རྒྱན་དུ་བརྟུང་བྱས་ན་དགོས་ཆེད་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། དེས་མཆོན་ནས་ནམ་དབྱེ་ཡིན་མིན་  
གྱི་མཆོམས་བྱེད་པའང་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་དུ་འཁུམས་སོ།།

ལྟ་བུ་ནི། གང་ཞིག་གང་ལས་འབྱུང་བའི་ཁྱད་པས་ན་འབྱུང་ཁྱད་པས་གྱི་སྤྱ་ཞེས་  
ཏེ། དཔེར་ན། ཆུ་འདི་གང་ལས་འོངས་སམ་སྤྲུམ་པ་ལ། རྗེས་ནས་ཞེས་པས་འབྱུང་པའི་ཁྱད་པས་  
གོ་བ་ལྟ་བུའོ།། འདི་སྒྲོར་སྒྲོ་བྱ་མང་ཡང་གཞན་དུ་གྲགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ན་མ་སྒྲོས་སོ།།

དུག་པ་ནི། གང་ཞིག་གང་དང་འབྲེལ་བར་སྟོན་པས་ན། འབྲེལ་སྤྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་  
གི་ཡལ་ག་ཞེས་བས་དེ་ཤིང་དང་འབྲེལ་བར་གོའི་གི་མ་སྒྲོས་ན་དེ་མི་གོ་བ་ལྟ་བུའོ།། འདིས་  
ཤིང་དང་ཡལ་ག་གཉིས་བྱེད་གཞི་བྱེད་ཆོས་སུ་སྤྱར་བས། བྱེད་གཞི་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་  
སྟོན་པའི་སྤྱ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར་རོ།། འདིར་བྱེད་འབྲེལ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱེད་པ་ཡང་གནད་དུ་ཆེ་བ་ཞིག་  
སྟེ། དེ་གཉིས་གོ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ།། འདི་རི་ལྟར་ཞེ་ན། དགས་སྟེ་འཛོམས་ཞེས་  
བྱེད་སྤྱ་སྤྱར་ན་དག་རྒྱལ་བར་གོ་བ་དང་། དགའི་སྟེ་འཛོམས་ཞེས་འབྲེལ་སྤྱ་སྤྱར་ན་དག་པམ་  
པར་གོ་བ་ལྟ་བུའོ།།

དུག་སྤྱས་བསྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་ལ་མང་དུ་ཡོད་དེ། མེད་ཆ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བདག་ཉིད་

གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ། ཉན་གྱི་སྒྲུ་གྱུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་བ། མིའི་དབང་པོ་  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྗེ་དང་ཁོལ་པོའི་འབྲེལ་བ། ལྷའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱད་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་  
འབྲེལ་བ། ཆད་མའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གྱི་འབྲེལ་བ། བེད་གི་ཡལ་  
ག་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆ་དང་ཆ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ། འབྲུའི་བང་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་  
འབྲེལ་བ། མིག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་སོགས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་  
མང་ངོ་། འོན་ཏེ་སྤེ་བདུན་ཡིད་གྱི་སྤྱན་སེལ་དུ་གཞི་མཐུན་བརྗོད་པའི་སྤྱི་ཡོན་ན་དུག་སྤྱི་མིན་  
དགོས་པར་གསུངས་པས། གསེར་གྱི་སྤྱོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་འབྲེལ་སྤྱོད་རུང་མིན་དབྱེད་དགོས་  
པར་ཡོད་ངོ་།

བདུན་པ་ནི། གང་ཞིག་གང་ལ་གནས་པའི་གཞི་སྟོན་པས་ན། གནས་གཞིའི་སྤྱི་ཞེས་  
ཏེ། དཔེར་ན་གསེར་ས་འོག་ཏུ་ཡོད་ཅེས་པས་དེ་གང་ལ་གནས་པའི་གཞི་གོ་བ་ལྟ་བུ་འོ་།

བརྒྱད་པ་ནི། འཛོད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པས་ན། འཛོད་སྤྱི་ཞེས་ཏེ། དཔེར་ན་གྲེ་སྒྲ་མ་  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ་འོ་། འོན་ཏེ་འཛོད་པའི་ཆེག་དང་འཛོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་ཆེག་གཉིས་མི་གཅིག་  
པས། རྣམ་དབྱེད་དངོས་ནི་སྤྱི་སྤྱི་མ་ཉིད་ལ་བྱ་དགོས་སོ། འོ་ན་ཤར་ཕྱགས་སུ་རྒྱ་ལེན་དུ་འགྲོ་  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་དབྱེད་འདྲེས་པ་རྣམས་  
གང་དུ་འཛོག་སྟམ་ན། འདི་ནི་མདོ་རྩ་བར། འདྲེས་པ་ནི་ཆར་སྤྲོམ་སོ། ཞེས་དང་། དེའི་ཆ་  
ནི་དེར་གཏོགས་སོ། ཞེས་པའི་མན་ངག་གིས་བཀའ་ནས་ཤེས་དགོས་པ་སྟེ། དེའི་ཚུལ་ཡང་  
མ་བྱིན་པར་སྤངས་ཏེ་ཆར་འཐུང་བའི་ལྷུང་བ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། ཆར་འཐུང་བའི་སྤྱོད་དངོས་  
གྱི་ཆ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་ནས་དེ་ལ་ཆར་འཐུང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་འཛོག་ །མ་བྱིན་  
པར་ལེན་པའི་སྤྱོད་དངོས་གྱི་ཆ་རྣམས་བསྐྱེམས་ནས་དེ་ལ་རྩ་ལྷུང་དུ་འཛོག་དགོས་ཀྱི། ཆ་མ་  
སྤྱི་བར་རིལ་པོ་ལྷུང་བྱེད་དང་པམ་པའི་གཞི་མཐུན་དུ་འཛོག་མི་རུང་བ་ལྟར། འདིར་ཡང་ཆ་སྤྱི་

ནས་སོ་སོར་འཛོག་དགོས་པ་སྟེ། དེའི་ཚུལ་ཡང་འགྲོ་ཞེས་པ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཆེག་ཡིན་  
པས། དེ་ལ་ཆ་བྱེ་ནས་ཤར་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་ཞེས་ནམ་དབྱེ་གཉིས་པར་འཛོག་། ཚུ་ལེན་དུ་འགྲོ་  
ཞེས་ནམ་དབྱེ་བཞི་པར་འཛོག་དགོས་ཀྱི། རང་ལྟོག་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་དུ་འཛོག་མི་རུང་  
ངོ་།། འདིས་མན་ངག་གི་ལྡེ་མིག་བྱས་ནས་ནམ་དབྱེ་དང་ལ་དོན་ཀྱི་སྤང་སོགས་མང་པོ་འབྲས་  
པ་ནམས་ཆ་བྱེ་ནས་སོ་སོར་འཛོག་ཕྱགས་ཤེས་དགོས་པར་ཡོད་དོ།། གནད་འདི་མ་དགོངས་  
པའི་དབང་གིས་མཁས་གྲུབ་ནོར་བཟང་པ་ཆེན་པོས་གྲང་། བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་གྱི་དགོངས་  
པ་ལས་ཆེད་དུ་བརྒྱལ་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྷུང་ནང་པན་ཚུན་དུ་གཞི་མཐུན་འཛོག་སྤང་སྟེ།  
འགྲོས་དོན་ནོ།།

ནམ་དབྱེ་ཉེར་གཅིག་ཏུ་དབྱེ་ཚུལ་ནི། གཅིག་ཆེག་དང་། གཉིས་ཆེག་དང་། མང་ཆེག་  
གི་དབྱེ་བས་ཏེ། ནམ་དབྱེ་དང་པོ་ལ་མཆོན་ན། བྱམ་པ། བྱམ་པ་དག། བྱམ་པ་ནམས་ཞེས་པ་  
གསུམ་དང་། ནམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལ་མཆོན་ན། བྱམ་པར་ལྷུག། བྱམ་པ་དག་ཏུ་ལྷུག། བྱམ་པ་  
ནམས་སུ་ལྷུག་ཅེས་པ་གསུམ་སྟེ། འོག་མ་ནམས་ལའང་རིགས་བསྐྱེདོ།། འདི་ལས་ན་ནམ་དབྱེ་  
ཉེར་གཅིག་ཏུ་དབྱེ་ཚུལ་ནི་སྟོ་བར་འདུག་པས། སི་རུའི་ཞལ་ལྷང་དུ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གསུངས་  
པའི་དགོངས་པ་ངེ་ཡིན་ཆ་མ་འཆལ་དོ།།

གསུམ་པ་ཨི་ལྷན་བཤད་པ་ལ། འབྲེལ་སྦྲ་དང་། བྱེད་སྦྲ་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྗེས་  
འཇུག་ཡི་གེ་བརྩ་པོ་ནི།། ཨི་དང་མཐུན་ཕྱགས་འདི་ཞེས་བྲ།། དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་  
མཐུན།། གསུམ་ལྡ་བརྩ་ལ་གྱ་དང་སྦྲ།། བདུན་པ་ཉིད་ལ་བདུན་པ་སྟེ།། ལྷག་མ་ནམས་ལ་གྱ་  
སྦྲར་བ།། དེ་དག་ཨི་ལྷན་འབྲེལ་བའི་ས།། ཞེས་པ་སྟེ། མིང་གང་གི་རྗེས་འཇུག་བརྩ་པོ་ནམས་  
ཨི་ལྷན་འབྲེལ་སྦྲ་དང་མཐུན་ཕྱགས་འདི་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྲ་སྟེ། མིང་གང་གི་མཐའ་ན་རྗེས་  
འཇུག་དང་པོ་ག་དང་ང་གཉིས་གནས་པ་ལ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྦྲ་སྦྲར་གཞི་ནི་དང་པོ་གཉིད་མཐུན་

ཞིང་། གསུམ་པ་ད་དང་། ལྷ་པ་བ་དང་། བཙུ་བ་ས་གསུམ་གྱི་རྩིས་འདུག་གྲ་དང་མཐུན་པར་  
སྐྱར་ལ། བཙུན་པ་ལ་ཉིད་ལ་ནི་བཙུན་པ་སྐྱར་ཞིང་། དེ་དག་གི་ལྷག་མ་ན་མ་ར་ལ་རྣམས་ལ་  
གྲ་དང་མཐུན་པར་སྐྱར་བ་དེ་དག་ཨི་དང་ལྷན་པ་ལ་འབྲེལ་བའི་ས་ཞེས་བྲ་སྟེ། བྱང་གཞི་བྱང་  
ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཡང་རྩིས་འདུག་མེན་པས་དེ་དང་ཨི་སྐྱར་བ་  
འདྲིར་མ་བཤད་ཀྱང་སྐབས་འགར་སྐྱར་དགོས་པའང་ཡོད་པས། དེས་ན། གི། གྱི། འི། ཡི། གྱི།  
ལྷ་ནི་འབྲེལ་སྐྱ་སྟེ། དཔེར་མཆོན་ན། བག་གི་སྟེང་། བྱང་གི་ཕྱོགས། སྐད་ཀྱི་གདངས། རྒྱབ་  
ཀྱི་ངོས། གཡས་ཀྱི་རི། ལྷ་འི་སྤྱ། བརྟ་ཡི་སྐད། ལམ་གྱི་འགྲམ། དབྱར་གྱི་དུས། བལ་གྱི་སྟོད།  
ཀྱན་གྱི་མགོན་ལྟ་བུའོ། འོ་ན་ཀྱན་ཞེས་པར་ད་བྲག་ལྷགས་སམ་མ་ལྷགས། ལྷགས་ན་ཀྱན་གྱི་  
ཞེས་འབྲི་དགོས་པས། དཔེར་བརྗོད་དེ་མ་དག་ཅིང་། མ་ལྷགས་ན་ཀྱན་ཏུ་ཞེས་བྲིས་པ་མ་དག་  
དགོས་ལ། གཞན་ཡང་མཐུན། བཀར། བསྐྱལ་སོགས་ལ་ད་བྲག་ཐོབ་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་ལྟར་  
ན་མཐུན་ཏོ། བཀར་ཏོ། བསྐྱལ་ཏོ་སོགས་འབྲི་དགོས་པས། མཐུན་ནོ། བཀར་རོ། བསྐྱལ་  
ལོ་སོགས་བྲིས་པའང་རྒྱབ་བསྟོལ་ལོ་སྟམ་ན། བིན་ཏུ་བདེན་མོད། འོན་ཏེ་མཁས་པ་གཞན་  
གྱིས་ལན་མ་བྱུང་ཞིང་། རྣམ་སྤྲིང་པས། དེགས་འབྲེས་ཐལ་ཆེས་ཞེས་ཅམ་ལས་གསུང་རྒྱ་  
མ་བྱུང་འདུག་པས། ད་བྲག་ལྷགས་མ་ལྷགས་ཀྱི་མཆོམས་ནི་བིན་ཏུ་དབྱེད་དཀའ་བར་འདུག་  
ཅིང་། མཁས་པའི་བཞེད་ཚུལ་ལའང་མི་མཐུན་པ་མང་བར་སྤང་རོ། འདི་ཕྱོགས་ཅམ་མཆོན་  
ན། ཆོས་སྟོན་ཏོ་ཞེས་དང་ཆོས་སྟོན་ནོ་ཞེས་མི་མཐུན་པ་བྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན།  
ད་བྲག་སྟོལ་གཏོད་པ་པོ་ནི་ཀ་ཅོག་སོགས་ཡིན་གྱི། སྟོབ་དཔོན་མིན་པས། གང་བརྗོད་བདེ་  
མིན་ལ་བལྟས་ནས་འདོད་པས་སྐྱར་དུ་བྱུང་ཞེས་མཁས་པ་འགས་གསུང་བའང་ཐོས་སོ།

གཉིས་པ་བྱེད་སྐྱ་ནི། དེ་ཉིད་ལ་ནི་བཙུ་བ་སྐྱར། བྱེད་པ་པོ་བྱ་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་  
པ་སྟེ། རི་སྐད་བཤད་པའི་གི་གྱི་ཀྱི་འི་ཡི་ལྷ་པོ་དེ་རྣམས་ཉིད་ལ་བཙུ་བ་ས་སྐྱར་པས། གིས།



གྲིས། གྲིས། འེས། ཡིས་ཞེས་བྲུབ་པ་ནི་བྱེད་པ་པོའི་སྐྱ་རུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། མིག་གིས་མཐོང་། ཉན་གྱིས་མཉན། ཀྱན་གྱིས་བཀྱར། གྲི་འེས་བསྐྱུན། ལྷ་ཡིས་སྦྱོབ་ལྷ་བུའོ། བྱེད་འབྲེལ་སོགས་བསྐྱུས་མ་བསྐྱུས་ཀྱི་མཆོམས་བྱེད་པའང་གནད་དུ་སྤང་ཐོང་། མཆོན་ཅམ་ཞིག་རྟགས་འབྲུག་གི་སྐབས་སུ་འཆད་དོ།

བཞི་པ། རྒྱུ་སྤྱད་ནི། ལྷ་ཡི་བྲིས་ནས་གཉིས་པ་སྦྱར། ཆོག་རྒྱུན་གཉིས་དང་སྤྱད་པར་འགྱུར། ཞེས་པ་སྟེ། སྤར་བསྐྱུན་པའི་ཀྱི། འེ། ཡི་གསུམ་གྱི་ལྷ་ཡི་བྲིས་རྗེས་འབྲུག་གཉིས་པ་ང་ཡིག་སྦྱར་བས། གྲང་། འང་། ཡང་ཞེས་བྲུབ་པ་ནི་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་ཆོག་རྒྱུན་གཉིས་དང་། དོན་སྤྱི་སྤྱད་པའི་སྦྱར་འགྱུར་རོ། ཞེས་པའོ། དེའང་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུན་ནི། བརྗེད་ཀྱང་ཆགས་ལ། མདོག་ཀྱང་ལེགས་ལྷ་བུ་དང་། མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུན་ནི། མཁས་ཀྱང་ཁེངས་ལ། ལྷག་ཀྱང་འབྲུངས་ལྷ་བུའོ། འགའ་རེས་བརྟུང་ཀྱང་ཁོ་ལྷ་བུ་དཔེར་བྱེད་པ་མི་འཐད་དེ། འདི་ནི་ཆོས་མི་མཐུན་པ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྦྱོར་དགོས་སྒྲུ་ལ། དེ་མ་སྦྱོར་བའི་བྲིས་རོ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། བརྟུང་ཁོ་གཉིས་གཞི་སོ་སོ་ཡིན་པའི་བྲིས་ཏེ། བརྟུང་མཁན་ཡང་གཞན་ལ། ཁོ་མཁན་ཡང་གཞན་ཡིན་པའི་བྲིས་རོ། སྤྱད་པ་ནི། སེམས་ཀྱང་བཟང་ལྷ་བུ་སྟེ། ཀྱང་གི་རྒྱས་པས་སེམས་བཟང་བ་ཅམ་མིན་པར་ད་དུང་ཆོས་གཞན་སྤྱད་པས་སོ། འང་དང་ཡང་གཉིས་ཀྱི་དཔེར་བརྗེད་ཀྱང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ།

ལྷ་པ་ལྷག་བཅས་ནི། ལ་དོན་སུ་ལ་ལྷ་བྲིས་ནས། དེ་ལ་གསུམ་པའི་དང་པོ་སྦྱར། དེ་ལ་ལྷ་ཡི་གསུམ་པ་སྦྱར། དེ་ནི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའོ། ཞེས་པ་སྟེ། ལ་དོན་སུ་ལ་ལྷ་ཞབས་ཀྱི་བྲིས་ནས་དེའི་ཆབ་ཏུ་སྟེ་པ་གསུམ་པའི་དང་པོ་ཏ་ཡིག་འོག་ཏུ་སྦྱར། དེ་ལ་སྦྱར་ཡང་ལྷ་ཡི་གསུམ་པ་འབྲེང་བུ་སྦྱར་བས། སྟེ་ཞེས་བྲུབ་པ་ནི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྐྱ་སྟེ། ཆོག་དོན་གྱི་ལྷག་མ་འབྲེན་པའི་བྲིས་རོ། དེ་དང་ཉེའི་སྐྱ་གཉིས་ཀྱང་ཤུགས་ལ་བསྐྱུན་པའི་ལྷག་བཅས་སུ་

བྱའོ།། དཔེར་བཞིན་ནི། ལངས་ཏེ་སོང་ལྟ་བུ་མཆམས་སྒྲིབ་ལྷག་བཅས། ཡོད་དེ། དམིགས་  
པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ་དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས། སྐབས་ཏེ་མགོན་ཡུང་ཡིན་ལྟ་བུ་གཞན་འདྲན་ལྷག་  
བཅས་སོ།། སྒྲ་མ་གཉིས་སྤྱ་མ་གཏོགས་པའི་ལྷག་མ་གཞན་འདྲན་ཆད་འདིར་འདུས་པས་ན།  
གཞན་འདྲན་ཞེས་སོ།།

རྒྱག་པ་འབྱེད་སྤྱད་ནི། རྩེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ།། རྒྱག་པ་སྒྲར་ན་འབྱེད་སྤྱད་  
ཡིན།། ཞེས་པ་སྟེ། རྩེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་སོ་སོའི་མཐའ་རྟེན་དུ་རྒྱག་པ་མ་ཡིག་སྒྲར་  
ན། གམ། དམ། དམ། ཅམ། བམ། མམ། འམ། རམ། ལམ། སམ། ཞེས་པར་བྱུང་སྟེ། དེ་  
དག་ལ་ནི་འབྱེད་པ་དང་སྤྱད་པ་ཞེས་བྱའོ།། དེའང་འབྱེད་པ་ནི་དཔེར་མཆོན་ན། ཕྱང་པོ་ནི་ལྟ་  
སྟེ། གཟུགས་སམ། ཆོར་བའམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ།། ཞེས་  
པ་ལྟ་བུའོ།། འདིས་དབྱེ་གཞི་ཕྱང་པོ་གཅིག་ལས་དབྱེ་ཆོས་དུ་མར་འབྱེད་པས་ན་འབྱེད་པའི་སྒྲ་  
ཞེས་བྱའོ།། འདིའི་སམ་དང་འམ་ལ་སོགས་པ་ནི། དང་སྒྲ་དང་འཇུག་པ་མཚུངས་པ་སྟེ། སྟོང་  
ཉིད་བདུན་ཅུ་པའི་འགྲེལ་པར། འམ་ནི་དང་གི་དོན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།། སྤྱད་པ་ནི།  
མང་པོ་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་སྟེ་དེ་ནི། གཟུགས་སམ། ཆོར་བའམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཕྱང་པོའོ།། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། དེའི་སམ་དང་འམ་ལ་སོགས་པས་ནི་  
དབྱེ་ཆོས་ཐ་དད་པ་རྣམས་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ཉིད་དུ་སྤྱད་པས་སོ།། འདིར་ཡང་གཟུགས་སམ།  
ཆོར་བའམ་ཞེས་པ་སོགས་ནི་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་དང་། ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་གོ་དགོས་  
སོ།། སྐབས་འདིར་འབྱེད་པ་ལ། དུ་མར་འབྱེད་པ། མིང་གི་རྣམ་གངས་འབྱེད་པ། གདམ་ང་  
འབྱེད་པ་གསུམ་དང་། སྤྱད་པ་ལ། གཞི་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ། སྒྲ་ཆོས་ཕྱི་མར་སྤྱད་པ། ཕྱི་ཆོས་སྒྲ་  
མར་སྤྱད་པ་སོགས་བཤད་ཡུང་། དཔེར་བཞིན་རྣམས་ལ་ཡིད་བརྟན་ཆེར་མི་སྒྲུང་ངོ་།། དཔེར་  
ན། མཁས་དབང་པ་ཏི་པཎ་ཆེན་གྱིས། བུ་མ་པ་མི་རྟག་སྟེ། ཀ་བའམ་སྤྱམ་བུ་ཡང་ངོ་།། ཞེས་

པ་སྐྱེའོ་སྤྱི་མར་སྤྱད་པའི་དཔེར་འགོད་ཀྱང་། སྤྱད་བྱེད་ནི་ཡང་ཡིན་གྱི། འཕ་མིན་པའི་བྱིར་  
 ཏེ། དེས་ནི་ཀ་སྒྲུལ་གཉིས་གདམ་ང་འབྱེད་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ།། གལ་ཏེ་ཀ་བ་དང་སྒྲུལ་  
 བུ་ཡང་རོ།། ཞེས་དང་སྐྱ་སྐྱར་ན་དེའི་དཔེར་འགོ་བས། འཕ་གྱི་འབྱེད་སྤྱད་དང་། དང་གི་འབྱེད་  
 སྤྱད་དམིགས་བྱེད་པ་དགོས་སོ།།

བདུན་པ་འབྱུང་ཁུངས་བཤད་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ཡི།། བཞི་པ་དགུ་པ་  
 ལ་བཅུ་པ།། སྐྱར་བ་འབྱུང་ཁུངས་ས་ཡིན་ཏེ།། དགར་དང་སྤྱད་པའང་དེ་བཞིན་ནོ།། ཞེས་  
 པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་བཅུའི་བཞི་པ་ན་དང་དགུ་པ་ལ་གཉིས་ལ་བཅུ་པ་སྐྱར་བས་ནས་དང་།  
 ལས་ཞེས་བྱ་བ་པ་ནི་ནམ་དབྱེ་ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད། དགར་བ་དང་  
 སྤྱད་པ་ལའང་འཇུག་པ་སྟེ། དཔེར་མཆོན་ན་ཡུལ་གྱི་ནང་ནས་རང་ཡུལ་སྦྱིད་ལྟ་བུ་རིགས་  
 མཐུན་དགར་བ་དང་། ལྷགས་དུ་མ་ལས་གསེར་ཉུང་ཤས་དགའ་ལྟ་བུ་རིགས་མི་མཐུན་དགར་  
 བའོ།། སྤྱད་པ་ནི། ཤར་ནས་རྒྱབ་ཀྱི་བར་ལྟ་བུ་ཕྱོགས་སྤྱད་པ། བརྒྱ་ནས་སྟོང་གི་བར་ལྟ་བུ་  
 གངས་སྤྱད་པ། ལྟ་ནས་དཔྱལ་བའི་བར་ལྟ་བུ་རིགས་སྤྱད་པ། གསེར་ནས་བོང་བའི་བར་ལྟ་  
 བུ་རྗེས་སྤྱད་པ། གཞུགས་ནས་ནམ་མཁའ་ཀྱི་བར་ལྟ་བུ་ཤེས་བྱ་སྤྱད་པ་སོགས་ཏེ། ཆེས་མང་  
 རོ།། འདིར་སྐྱ་སྐྱོ་མཆོན་ཆར། སྤྱད་པ་དག་དང་མཆོམས་སྦྱོར་ནི།། ནས་ལ་ཅུང་ཟད་ལྷག་པ་  
 ཡིན།། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་ཁུངས་བཙོལ་ནས། མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་ནས་མ་གཏོགས་ལས་  
 ཀྱིས་སྤྱད་ཚུལ་མེད་པར་བཞེད་ལ། དེ་ལྟ་ན་གཞུང་ཉིད་ལས། དགར་དང་སྤྱད་པའང་དེ་བཞིན་  
 ནོ།། ཞེས་ནས་ལས་གཉིས་ལ་ཐུན་མོང་དུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བས། ལས་ཀྱིས་སྤྱད་ཚུལ་  
 ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དགོས་སོ།། དེ་ནི་ད་ལྟའི་ཡིག་ཆ་ནམས་སུ། ལ་སོགས་པ་ཞེས་པའི་ཆ་བ་རྒྱ་  
 སྟོན་གྱི་ཡིག་ཆ་འགའ་ཞིག་རྒྱ། ལས་སོགས་པ། ཞེའམ། ལས་སྟོགས་པ། ཞེས་ཡོད་ཅིང་། དེ་  
 འདྲའི་ལས་ནི་སྤྱད་པའི་སྐྱ་ཡིན་ནོ།། རི་ལྟར་ཞེ་ན། ལས་དང་སོགས་གཉིས་ཆེག་བར་གཞན་

དུ་ཕྱེ་བའི་སློལ་ནི་དབལ་སྒྲུང་ལོ་རྒྱ་བས་མཛད་པ་ཡིན་གྱི། དེའི་སློན་གྱི་ཡིག་རྙིང་ནམས་སུ།  
ལ་སོགས་པ་དང་། ལ་སྟོགས་པ། ཞེས་ཆོག་བར་གཅིག་དུ་སྟེལ་བ་རྒྱང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་  
བྲིས་པ་ཡང་ལས་དང་སོགས་གཉིས་འཇུག་པ་ཐ་མི་དད་དུ་མཆོན་པའི་ཕྱིར་ཡིན་པས་སོགས་  
ཀྱིས་གང་སྟུང་པ་དེ་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟུང་བར་གཞག་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།། དེར་མ་ཟད། ཁམས་  
འདན་མ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གྱི་འགའ་ཞིག་ན་ད་ལྟའང་ལ་སྟོགས་པ་ཞེས་པའི་བརྗོད་ཚུལ་གྲགས་  
ཉམས་པར་ཡོད་འདུག་ཀྱང་། དེ་འདྲའི་ཡི་གེ་འབྲི་སློལ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་སྒྲུང་ངོ་།། འབྲུང་  
ཁུངས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ནི། མཆོན་ཙམ་ཞིག་སྤར་བྲིས་བྱེད་ནོ།།

བརྒྱད་པ་བོད་སྐད་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་དུ། ཀྱེ་སྦྱར་ན་ནི་བོད་པ་ཡིན། ཞེས་  
པ་སྟེ། གང་གི་མིང་བརྗོད་པའི་ཐོག་མར་ཀྱེ་ཞེས་སྦྱར་ན་བོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱར་འགྱུར་ཏེ།  
ཀྱེ་སྟེལ་ལྷ་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། ད་དུང་ཀྱ་ཡེ་དང་། ལྷ་ཡེ་སོགས་ཡུལ་དུས་སོ་སོ་ལ་ལྟོས་པའི་  
བོད་སྐད་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་བཤད་དོ།། སྐབས་འདི་དག་དུ་དབྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི། འདི་སྟམ་  
དུ་གང་ཡང་མིང་ཡིན་ན་དོན་སྟོན་དགོས་ཤིང་། སྤད་ཡིན་ན་དོན་མི་སྟོན་དགོས་པས་དེ་གཉིས་  
གཞི་མཐུན་དུ་འདུ་བའི་གནས་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་ལས་ཞེས་པའི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་མིང་ཡིན་ན་སྤད་དུ་  
འགལ་ཞིང་། སྤད་ཡིན་ན་མིང་དུ་འགལ་ལོ་སྟམ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གང་སྤད་དུ་སྦྱོར་བ་ན་  
མིང་མ་ཡིན་ཞིང་། མིང་དུ་སྦྱོར་བ་ན་སྤད་མ་ཡིན་པས། སྐབས་ལ་ལྟོས་ཏེ་འགལ་ལ། སྦྱི་ལྟོག་  
ནས་ལས་ཞེས་པའི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་མིང་དང་སྤད་གང་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་དེར་འགྱུར་བ་སྦྱ་བ་པོའི་  
བརྗོད་འདོད་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ།། འདིའི་ཚུལ་དབྱིས་བྱིན་པར་ཤེས་པ་ལ་སྦྱ་རྟོག་ཡུལ་ལ་  
འཇུག་ཚུལ་གཏན་ཆོག་ས་རིགས་པའི་གཞུང་ཁུགས་ནས་རྗེ་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་མཐའ་  
ཆོད་པར་ཤེས་དགོས་མོད་ཀྱང་། མངས་པར་འགྱུར་བས་མ་བྲིས་སོ།། ཅུ་བའི་ས་བཅད་གཉིས་  
པ་སྤད་རང་དབང་ཅན་བཤད་པ་ལ། ནི་སྦྱ་བཤད་པ། དང་སྦྱ་བཤད་པ། དེ་སྦྱ་བཤད་པ། གང་སྦྱ་

བཤད་པ། བདག་སྐྱབས་བཤད་པ། དགག་སྐྱབས་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། གང་མིང་མཐའ་དང་མཐུན་  
བ་ཡི། བཞི་བ་ལ་ནི་ཨི་སྐྱར་བ། དགར་དང་བནན་པའི་ཆོག་ཏུ་འགྱུར། ཞེས་བ་སྟེ། མིང་  
གང་ཡང་རུང་བའི་མཐའ་དང་མཐུན་པའི་བཞི་བ་ན་ཡིག་ལ་ཨི་སྐྱར་བས་ནི་ཞེས་བར་གྲུབ་བ་དེ་  
ནི་དགར་བ་དང་བནན་པའི་ཆོག་ཅི་རིགས་སུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱབས་འདི་ནི་གཞན་ལས་སྟན་  
ལྟ་བུ་དགར་བ་དང་། སེམས་ནི་བཟང་། དག་ནི་འཇམ་ལྟ་བུ་བནན་པའོ། བནན་བ་ནི་སྟོན་པའི་  
དོན་དང་། བནམ་བ་ནི་ནན་ཏན་གྱི་དོན་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་རྫོད་བྱེད་གྱི་ཆོག་མི་གཅིག་ཅིང་།  
ཉི་མ་དང་ནི་ཆེ་བ་དང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ།

གཉིས་བ་དང་སྐྱབས་བཤད་པ་ནི། མིང་གང་རུང་བའི་བར་མཆོམས་སུ། གསུམ་བ་ལ་ནི་  
གཉིས་བ་སྐྱར། དེ་ནི་སྐྱད་དང་འབྲེད་བ་དང་། རྒྱ་མཆོན་ཆོ་སྐབས་གདམས་ངག་ལྟའོ། ཞེས་  
བ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་ཆོག་གི་བར་མཆོམས་ནམས་སུ་གསུམ་བ་ད་ཡིག་ལ་གཉིས་བ་  
ང་ཡིག་སྐྱར་བས། དང་ཞེས་གྲུབ་བ་དེ་ནི། དུལ་གང་ལ་འཇུག་ན། སྐྱད་བ་དང་། འབྲེད་བ་དང་།  
རྒྱ་མཆོན་དང་། ཆོ་སྐབས་དང་། གདམས་ངག་ལྟའོ།

དང་པོ་ནི། དཔེར་ན་མེ་དང་རྩ་གཉིས་ཀ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཆོས་དེ་གཉིས་དོན་  
གཅིག་ཏུ་སྐྱད་པས་སོ། གཉིས་བ་ནི། མེ་དང་རྩ་མི་མཆུངས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་གཉིས་དོན་  
སོ་སོར་འབྲེད་པས་སོ། གསུམ་བ་ནི། དེ་ལྟ་ཡིན་དང་ལྟ་བུ་སྟེ། དགག་སྐྱབས་ཀྱི་རྒྱ་འཕངས་  
པས་སོ། འདིའི་དཔེར་བརྫོད་འགྲེལ་མཛད་སྤྱད་ཀྱང་མ་རྟེན་འདུག་པས། དེས་བར་བྱའོ།

བཞི་བ་ནི། བལྟས་བ་དང་མཐོང་ལྟ་བུ་སྟེ། མཐོང་བའི་དུས་བསྟན་པས་སོ།

ལྟ་བ་ནི། ཁྱོད་ལེགས་པར་ཉོན་དང་ལྟ་བུ་སྟེ། གདམས་པར་དམ་བཅས་པས་སོ།

འདིར་མཁས་དབང་ལ་ལས། དུ་བ་མཐོང་བ་དང་མེར་ཤེས་ལྟ་བུ་རྒྱ་མཆོན་གྱི་དཔེར་  
བྱེད་བ་ནི་གཏན་ནས་མི་འཐད་དེ། དེས་ཤེས་པའི་དུས་བསྟན་གྱི་རྒྱ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་དེ་སྤྱོད་བཞད་པ་ནི། གང་མིང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་རྒྱ། གསུམ་པ་ལ་ནི་ཨེ་སྦྱར་  
བ།། ར་སྣང་དབང་དུ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་རྩ་འབྱུང།། དུས་ཀྱི་དབང་དུ་  
གཉིས་ཡིན་ནོ།། ཞེས་པ་སྟེ། མིང་གང་ཡང་རྩང་བའི་ཡ་མཐའ་ན་གསུམ་པ་དེ་ཡིག་གནས་པ་  
ལ་དབྱངས་ཨེ་སྦྱར་བས། དེ་ཞེས་པར་བྱུང་བ་ནི། ར་སྣང་གི་དབང་དུ་བྱས་ན། ར་སྣང་འདས་  
པ་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་དང་། ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་གསུམ་ལ་འཇུག། དངོས་པོའི་  
དབང་དུ་བྱས་ན་བདེན་པའི་དངོས་པོ་དང་། གསང་བའི་དངོས་པོ་དང་། བདག་གི་བའི་དངོས་  
པོ་དང་། བ་རོལ་པོའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་འཇུག། དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། འདས་པའི་དུས་དང་།  
མ་འོངས་པའི་དུས་གཉིས་ལ་འཇུག་གོ། དེའང་ར་སྣང་འདས་པ་ནི། དོན་གཅིག་ལ་ཆོས་མང་པོ་  
སྦྱར་འདོད་པ་ན།

དང་པོར་མིང་སྟོས་ནས་དེ་རྗེས་སྟོས་མི་དགོས་པར་དེ་ཞེས་པས་འབྲས་པར་བྱས་པ་ཞིག་སྟེ།  
དཔེར་མཆོན་ན། རྒྱ་མཆོ་ནི་གཏིང་ཟབ་པོ། དེ་རྒྱ་ཆེའོ། དེ་རྒྱ་བས་འབྱུང་རོ། ལྟ་བུའོ།།

རྣམ་གྲངས་གཞན་བརྗོད་པ་ནི། ལྟོ་ལྟོར་བ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་བྱམ་པ་  
ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། བྱམ་པའི་རྣམ་གྲངས་གཞན་དང་གཞན་ཡོད་པ་རྣམས་དེ་དང་དེ་ཞེས་  
པས་གོ་བར་བྱེད་པས་སོ།།

ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་ནི། མེ་ཡོད་དེ། མེ་དེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། བདེན་པའི་དངོས་པོ་  
ནི། དཔེར་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ།། གསང་བའི་དངོས་པོ་ནི། དེ་མ་སྟོག་ཅེས་པ་ལྟ་  
བུའོ།། བདག་གི་དངོས་པོ་ནི། ཡོ་བྱད་དེ་བདག་གི་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། བ་རོལ་པོའི་དངོས་  
པོ་ནི། ཡོ་བྱད་དེ་བ་རོལ་པོའི་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། འདས་པའི་དུས་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་  
ན་སྤར་གྱི་མི་དེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།། མ་འོངས་པའི་དུས་ལ་འཇུག་པ་ནི། བྱིས་ཀྱི་མི་དེ་ཞེས་པ་ལྟ་  
བུ་སྟེ། འདི་དག་ནི་སྤྱོད་དང་མཁས་པའི་གསུང་རྒྱན་ལས་རྗེ་ལྟོ་ལྟོར་བ་རྣམས་གནད་བྱིལ་

ནས་བཞོད་པའོ།།

འདིར་དྲུག་ས་པའི་གནས་ནི། སི་ཏུ་བཤ་ཆེན་གྱི་འབྲེལ་བར། དབྱེ་ཚུལ་གཉིས་པ་དེས་  
ནི། ལྷག་བཅས་མ་གཏོགས་པའི་དེ་སྤྱིའི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བ་མཉམས་པའི་དབྱེ་  
ཚུལ་གཉིས་པ་ནི་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དབྱེ་ཚུལ་ལ་གསུངས་འདུག་པས། དེ་ལྟ་ན་ན་  
སྟངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཞན་གཉིས་འདིར་འདུ་དགོས་ཤིང་། དེ་འདུས་ན་ན་སྟངས་ནི་དངོས་པོའི་སྒྲིག་  
ཐོགས་ལ་རང་གིས་བཞེད་པ་དང་རི་ལྟར་མི་འགལ། གཞན་ཡང་ཀ་བ་དེ། བྱམ་པ་དེ་ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ་པ་རོལ་པོའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པར་བཤད་ལ། དེ་ལྟ་ན་དབྱེ་ཚུལ་དེས་ཀྱང་གཞི་བྱུང་  
ཆོད་ལ་བྱུང་པས། འཇུག་ཚུལ་དགའའི་གངས་རེས་འཆོལ་བ་དང་། བདག་དང་ད་ལྟའི་བྱས་  
གཉིས་ལ་དེ་སྤྱི་མི་འཇུག་པར་བཤད་པ་དང་ཡང་འགལ་བ་སོགས་ཏེ། མདོར་སྒྲོལ་སྒྲོས་  
མི་འཆུན་པ་ལགས་ན་ནི་དེར་ཟད། དེ་མིན་མཆོམས་འདིར་གཏུགས་པ་ན་མཁས་པའི་གསུང་  
ལའང་རིགས་པས་དབྱུང་ཅམ་ནས་འཛིག་འགྲོ་བ་ལས་ཡིད་བརྟན་བྱུང་བ་ཞིག་དཀའ་བར་  
སྒྲུང་ངོ་།། དེས་ན་སྒྲོལ་སྒྲོས་ཀྱི་པའི་བསམ་ཆོད་ལྟར་བྱས་ན། ཐ་སྟངས་ཅམ་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་  
སྒྲིག་ཡུལ་ཏེ། དེའི་སྒྲིག་བྱངས་ན་དངོས་པོ་ཞེས་པ་ཡང་འཕགས་པའི་སྒྲིག་ཡུལ་ལ་གོ་དགོས་  
སོ།། དེ་བས་ན་འདི་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱ་བ་སྟེ། རི་ལྟར་བྱི་པག་གི་སྒྲོ་ལ་ལྟོས་ན་མི་གཙང་  
བའི་རྒྱས་ལ་བཟང་ངན་འབྲིང་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་འཐད་པ་ལྟར། འཛིག་རྟེན་རང་འགའ་བའི་སྒྲོ་  
ལ་ལྟོས་ན་ཐག་བཅས་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་སྤྱག་བར་གསུམ་གྱི་ཐ་སྟངས་འཐད་པས། ཐ་སྟངས་  
དབང་གིས་གསུམ་ཞེས་པ་ནི་དེ་དག་གོ། སྤྱིར་ཚུལ་ནི། ཐག་བཅས་དེ་བདེ་བ། དེ་སྤྱག་བསྐྱུལ་  
དེ་བཟང་སྒྲོམས་ཞེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ།། འཕགས་པའི་གཞིགས་ངོ་ལ་ལྟོས་ན་དེ་ལྟ་མིན་ཏེ།  
ཐག་བཅས་ཐམས་ཅད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱུལ་བར་གཞིགས་པའི་བྱིར་ངོ་།། འདི་ནི་དཔེར་  
མཆོན་ན། ཤེས་ལྡན་མིའི་སྒྲོ་ངོ་ལ་ལྟོས་ན་མི་གཙང་བའི་རྒྱས་ལ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་



པར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་མོ་བའི་གནས་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ།། དེ་སྐད་དུ་ཡང་རྒྱད་ཁྲ་མ་ལས། མི་གཙང་བ་ལ་རྩེ་ཞེས་མེད་ལྟར་འགྲོ་ཐུང་དག་ན་བདེ་བ་མེད།། ཅེས་སོ།། འོ་ན་དེའི་གཞིགས་ངོ་ལ་སྟོས་ནས་དུ་ཞིག་འཛོག་ཅེ་ན། བཞི་སྟེ། སྐྱབ་བསྐལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་སོགས་སོ།། སྐྱར་རྒྱལ་ནི། གང་ཟག་བཅས་དེ་སྐྱབ་བསྐལ། གང་འབྱུང་བྱེད་དེ་ཀུན་འབྱུང་། གང་ཞི་བ་དེ་འགོག་པ། གང་འགོག་བྱེད་དེ་ལམ་སོ།། ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱལ་གྱིས་སོ།། དེར་དངོས་པོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དངོས་པོའི་གནས་རྒྱལ་དང་མཐུན་པས་ཉེ། གང་ཡང་ཟག་བཅས་སྐྱབ་བསྐལ་བ་སོགས་ནི་འཕགས་པས་གཞིགས་པ་ལྟར་བདེན་གྱི། གྱིས་པས་མཐོང་བ་ལྟར་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགོངས་ནས་སོ།། དེ་ལྟར་ཐ་སྙད་གསུམ་དང་། དངོས་པོ་བཞི་ཞེས་པ་ནི་གཞན་དུ་གྲགས་ཆེ་བ་ཞིག་དང་སྟོ་བསྐྱུན་པར་མངོན་མོད་མཁས་པ་སྤྲ་མ་དག་གིས་བཤད་རྒྱལ་ནི་གྲགས་མི་ཆེ་བས། དེ་ལ་བསམས་ནས་ཁོ་བོས་གཞན་དུ་བཤད་པར་ཟད་གྱི། མཐའ་ཆོད་ནས་མིན་པས། དབྱད་པའི་གཞིར་བུལ།། ད་ལྟའི་འདི་ཞེས་པར་འཛོལ་གྱི། དེ་མི་ཐོབ་པས། དུས་ཀྱི་གཉིས་ལ་ནི་ཚོད་པ་མེད་དོ།།

བཞི་པ་གང་སྐྱ་བཤད་པ་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་རུ། དང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྐྱར།། སྐྱི་ལ་ཁྲབ་བཞིན་དུ་འགྱུར།། ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་བརྗོད་པའི་ཐོག་མར་རྩེས་འབྲུག་དང་པོ་ག་ཡིག་ལ་གཉིས་པ་ང་ཡིག་སྐྱར་བ་ན་གང་ཞེས་བྱ་བ་བྱུབ་སྟེ། དེ་ནི་སྐྱི་ལ་ཁྲབ་པའི་སྐྱར་འགྱུར་ཞིང་། རི་དང་། ཅི་དང་། སུ་ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱང་ངོ་།། དཔེར་བརྗོད་རིམ་བཞིན་གང་ཞིག ། ཅི་ཞིག རེ་སྟེད། སུ་ཞིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ།།

ཁྱད་པར་ནི། གང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱི་སྐྱ། སུ་གང་ཟག་གི་སྐྱི་སྐྱའོ།། ཁ་ཅིག་མི་སུ་ཞིག་ཅེས་པ་ལས། ཏྲ་སུ་ཞིག་ཟེར་སྟོལ་མེད་པས། སུ་ཞེས་པ་མི་ཁོ་ནའི་སྐྱི་སྐྱ་ཡིན་ཟེར་བ་ནི། མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་ཅམ་ལས་འགྲོ་བ་གཞན་ཁས་མི་ལེན་པའི་ལུགས་ཉེ། དེ་ལྟ་མིན་ན་ལྟ་སུ་ཞིག་

ཅེས་བ་ལྟ་བུ་མཐའ་ཡས་ཤིང་། སེམས་ཅན་སྤྱི་ཞིག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ་འདྲ་སེམས་དང་ལྡན་ཆོད་ལ་  
འཇུག་པར་བསྟོན་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཅི་དང་། རིའི་བྱད་པར་ལ་མཁས་པ་ལ་ལས། རི་ཆོག་  
ལ་ཅི་ལྟར་དང་། དཔེ་ལ་རི་ལྟར་སྟོང་ཅེས་ཟེར་མོད་ཀྱང་། དཔེ་རི་ལྟར་ན་ཞེས་ཐ་མས་ཀྱང་རི་  
ཆོག་འདྲན་ཅིང་། གནའ་རབས་ཀྱི་ཡི་གེ་ནམས་སྤྱེད་གཉིས་དོན་གཅིག་ལ་སྦྱར་བའང་མང་  
བར་ཡོད་དོ། འོན་ཏེ་དུས་ཁྱིས་སྤྱེད་པའ་ཆེར་གྱིས་སོ་སོར་སྦྱར་ཏེ། ལྟོན་པའི་དབང་པོར། ཞིག་  
སྟེ་སྦྱད་འདྲ་ཕྱིར་ལ་ཅི། སྟེད་སྟེད་ལྟར་བཞེན་སྐད་ལ་རི། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། འོན་ཏེ་  
དེར་སང་འདྲིའི་དོན་མི་འཁོལ་བར་འཇུག་པས་ཕྱེ་སྟེ་བཤད་ན། ཅི་གང་ལ་འཇུག་ན། ཞིག་། སྟེ།  
སྦྱད། འདྲ། ཕྱིར་ཞེས་བ་ལྟ་ལ་འཇུག་། རི་ལྟར་འཇུག་ན། ཅི་ཞིག་ ཅི་སྟེ། ཅི་སྦྱད། ཅི་འདྲ། ཅི་  
ཕྱིར། ཅེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། རི་ལའང་དེས་རིགས་འགྲེས་ནས་ཏེ། རི་སྟེད། རི་སྟེད། རི་  
ལྟར། རི་བཞེན། རི་སྦྱད། ཅེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་ཅེས་པའོ། འོན་ཏེ་དེར་དེས་བ་ནི་མ་ཡིན་  
ཏེ། ད་དུང་ཅི་རུས། ཅི་ཚུགས། ཅི་འཕྱོར། ཅི་ནས་སོགས་སྦྱར་ས་ཤིན་ཏུ་མང་བར་ཡོད་དོ།

ལྟ་བུ་བདག་སྦྱར་བཤད་པ་ནི། གང་མིང་གི་ནི་མ་མཐའ་ན། ལུ་ཡི་རྒྱ་ཡི་སྦྱ་མེད་  
པ། དེ་ལ་ལུ་ཡི་རྒྱ་སྦྱར་ན། བདག་པོའི་སར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་སོ། འདྲིར་ཡི་རྒྱ་ནི་རྟགས་  
ཏེ། དེའང་པོའི་རྟགས་ཅན་གྱི། བ་དང་། པོ་གཉིས། མོའི་རྟགས་ཅན་གྱི། མ་དང་། མོ་གཉིས།  
མ་ནིང་གི་རྟགས་ཅན་གྱི། བ་དང་། པོ་གཉིས་ཏེ་ཁྱོད་བྱུག་དང་། སྦྱ་སྦྱོར། ཅན་དང་ལྡན་གཉིས་  
ཀྱང་བདག་སྦྱར་བཤད་དོ། དེ་ལྟར་གང་གི་མིང་བརྗོད་པའི་མ་མཐའ་ན་ལུ་ཡི་རྒྱའི་སྦྱ་གང་སྦྱར་  
མེད་པ་ལ་དེའི་སྦྱ་གང་བྱང་གསར་དུ་སྦྱར་ན་བདག་པོའི་སྦྱར་འགྱུར་བ་དཔེར་ན། ཆོས་ཞེས་པ་  
ལ་པ་སྦྱར་ན་ཆོས་པ། སྦྱ་བ་ཅེས་པ་ལ་པོ་སྦྱར་ན་སྦྱ་བ་པོ། ཆང་ཞེས་པ་ལ་མ་སྦྱར་ན་ཆང་མ།  
སྟེག་ཅེས་པ་ལ་མོ་སྦྱར་ན་སྟེག་མོ། ལྟ་ས་ཞེས་པ་ལ་བ་སྦྱར་ན་ལྟ་ས་བ། ཆེ་ཞེས་པ་ལ་པོ་སྦྱར་  
ན་ཆེ་པོ། ཞེས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་སེམས་ཞེས་པ་ལ་ཅན་སྦྱར་ན་སེམས་

ཅན། རྟོམ་ཞེས་པ་ལ་ལྟན་སྐྱར་ན་རྟོམ་ལྟན་ཞེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱང་བདག་  
སྐྱ་རྗེས་མ་ཕྱུན་ནོ།།

དུག་པ་དགག་སྐྱ་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་ཡ་མཐའ་ན།། སྤྱི་ཡི་རྒྱ་ཡི་སྐྱ་མེད་པ།། དེ་  
ལ་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་སྐྱར་ན།། དགག་པའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་བྱ།། ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱི་བྱང་མེད་དང་། ཡི་རྒྱ་  
ཏྲགས་ཡིན་པས། མིང་གང་བརྗོད་པའི་ཡ་མཐའ་ན་རྒྱ་ཡི་རྒྱ་མོ་ཏྲགས་ཅན་གྱི་མཐའ་  
མི་སྐྱར་མེད་པ་དེ་གཉིས་གང་རྒྱང་གསར་དུ་སྐྱར་ན། དགག་པའི་སྐྱར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་  
སྤྱིས་ཞེས་པ་ལ་མ་སྐྱར་ན་མ་སྤྱིས། རྒྱང་ཞེས་པ་ལ་མི་སྐྱར་ན་མི་རྒྱང་ཞེས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་  
བུའོ།། སྤྱ་མས་སྤྱིས་པ་དང་། སྤྱི་མས་རྒྱང་བ་དགག་པའི་སྤྱིར་ན་དགག་སྐྱ་ཞེས་སོ།། ད་དུང་ཅ་  
བས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་ཐད་མང་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་རྗེ་ལྟར་སྦྱོར་ཚུལ་ནི་འདིར་མ་བྲིས་ཏེ།  
ཤེས་པར་འདོད་ན་སྤྱ་སྦྱོར་དང་གསེར་རྟོག་སུམ་ཏྲགས་སོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ། ཆོག་ས་བཅད་འགྲོལ་ཚུལ། ཉན་པ་པོ་སྦྱོར་བ་སྤྱིང་བ།  
བསྐྱབ་ཚུལ་གྱི་གོ་རིམ། རྟོད་རྒྱང་ལ་བསྟན་དགོས་པར་གདམས་བའོ།། དང་པོ་ནི། ཆོག་ས་སུ་  
བཅད་པའི་མཆོམས་སྦྱོར་རྣམས།། ཅུང་ཟད་བསྐྱས་པ་ཡོད་ན་ཡང་།། དེ་ནི་དེ་བཞིན་སྐྱར་བར་  
བྱ།། ཞེས་པ་སྟེ། བཀའ་བསྟན་གྱིས་མཆོན་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པའི་མཆོམས་སྐྱར་བ་རྣམས་སུ་  
རྣམ་དབྱེ་སོགས་མང་དུ་བསྐྱས་ན་རྟ་ཅི་ཅུང་ཟད་བསྐྱས་པ་ཡོད་ན་ཡང་གང་དང་གང་བསྐྱས་པ་  
རྣམས་སྐྱངས་ཏེ་དེ་བཞིན་དུ་ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་སྦྱོར་བར་བྱའོ།། ཞེས་སོ།། འདི་ནི་དཔེར་མཆོན་  
ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ལས།། ཞེས་འབྲེལ་སྐྱ་བསྐྱས་པ་ལ་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ལམ་  
ཞེས་འབྲེལ་སྐྱ་སྦྱོར་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ།།

གཉིས་པ་ལ། རྗེས་འཇུག་མེད་མི་རྒྱང་དུ་བསྟན་པ། རྗེས་འཇུག་ཤེས་པའི་དགོས་པ།  
དེ་དོན་ལ་དབབ་བའོ།། དང་པོ་ནི། རྟོན་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རྒྱང་།། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་

ཡིན་ལ། གཉིས་འབྲེལ་ཡོད་དམ་གསུམ་འབྲེལ་ཡོད། ལྷ་ལི་བཞི་ལས་གང་ལྟན་ཡང་། རྗེས་  
 འཇུག་བཅུ་པོ་མ་ཞུགས་ན། མིང་གཞན་སྦྱར་བ་ཡོད་མི་སྲིད། ཅེས་པ་སྟེ། སྦྱོན་འཇུག་གི་ཡི་  
 གོ་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་སྟེ། མིང་གཞིའི་ཡི་གོ་གང་ཡིན་ལ་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་གང་རུང་མ་  
 ཞུགས་ན། སྦྱོན་འཇུག་དང་བཅས་ཉིས་འབྲེལ་དུ་ཡོད་དམ། འདྲེགས་དང་བཅས་སུམ་འབྲེལ་  
 དུ་ཡོད་དམ། དབྱངས་དང་བཅས་བཞི་འབྲེལ་དུ་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་། འོན་ཀྱིང་བོ་སྦྱོན་པའི་མིང་  
 དང་། ཁྱད་པར་གཞན་སྦྱོར་བའི་ཆོག་སོགས་ཡོང་ཡེ་གཏན་ནས་མི་སྲིད་ཅེས་ཏེ། འོན་གང་  
 ཡང་སྦྱོན་མི་ཤེས་པའོ། འདིར་ནམ་གླིང་པས། སྦྱོན་འཇུག་དང་ལྟན་པའི་དཔེར་བཞོན་པ་ལ།  
 སྤྱི་ཏེ་པཎ་ཆེན་གྱིས། དེ་མི་འཐད་དེ། སྦྱོན་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། ཞེས་སྦྱོན་འཇུག་  
 ལ་མི་སྦྱོས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སུན་ལྷུང་བ་ནི་ལྟར་སྤྱང་སྟེ། ཡོད་དམ་ཞེས་པས་ཡོད་  
 པའི་དཔེ་གཅིག་དང་། མེད་ཀྱང་ཞེས་པས་མེད་པའི་དཔེ་གཅིག་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། མི་སྦྱོས་  
 པར་གསུངས་པ་དང་མི་སྲིད་པར་གསུངས་པ་གཉིས་ཀྱང་གོ་དོན་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་དག་  
 བེ་དཔེར་མཆོད་ན། བཀ་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱོན་འཇུག་ཡོད་ཀྱང་རྗེས་འཇུག་མེད་པས་དོན་གང་ཡང་མི་  
 སྦྱོན་ཅིང་། གལ་ཏེ་འ་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཞུགས་ན་ཀྱལ་བའི་བཀའ་དང་། ར་ཞུགས་ན་ལོགས་སུ་  
 བཀའ་བའི་དོན་སྦྱོན་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀ་དང་ཁ་ལྟ་བུ་ལ་རྗེས་འཇུག་མ་ཞུགས་ན་ཡི་  
 གོ་ཅམ་དུ་ཟད་ནས་དོན་མི་སྦྱོན་ཅིང་། གལ་ཏེ་འ་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཞུགས་ན་རིམ་བཞིན་ཁང་པའི་  
 ཀ་དང་། ཟ་བྱེད་ཁའི་དོན་སྦྱོན་པའི་མིང་དུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དབྱངས་ལྟན་སོགས་ལའང་རི་  
 ལྟར་རིགས་པར་སྦྱར་རོ། གལ་ཏེ་འདི་སྦྱམ་དུ་སྟོ། སྟ། བསྟེ། བད་སོགས་རྗེས་འཇུག་མེད་ཀྱང་  
 དོན་སྦྱོན་པ་དུ་མ་ཞིག་མཐོང་བས་རི་ལྟར་འཐད་སྦྱམ་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། དེ་དག་གིས་དོན་སྦྱོན་པ་  
 ཡང་སྟོལ། སྟལ། བསྟེལ། བདལ། ཞེས་རྗེས་འཇུག་ཏུ་འཡིག་ཞུགས་པས་ཡིན་གྱི་མ་ཞུགས་ན་  
 སྦྱོན་མི་ལུས་པ་མདོན་སུམ་གྱིས་བྱུ་བའི་ཕྱིར་རོ། གལ་ཏེ་སྟོ་ལྟ་བུ་ལ་འམཐའ་སྦྱར་ན། རོག་

ལོ་ཆེན་པོས། རྒྱུ་པ་ཕྱུལ་ལ་འཁམས་དགོས།། བཅེགས་དང་བྱ་བྱག་ཅན་ལ་སྤངས།། ཞེས་  
བཅེགས་པ་ལ་འཁམས་སྐྱར་མི་རིགས་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། དེ་  
ལྟར་གསུངས་པ་ནི་ཡིག་གཟུགས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི། ཡི་གེ་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། དེར་འཁམས་  
དོན་གྱིས་ཞུགས་པས། སྤང་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཡིག་གཟུགས་ལ་སྤངས་པར་གསུངས་པའི་  
དགོངས་པ་ཡང་། དཔེར་ན་མདོ་ལྟ་བུ་དབྱངས་སྐྱར་བ་ཉིད་གྱིས་མིང་གཞི་དོས་བེན་པས། དེ་  
གང་ཡིན་དོས་བཟུང་ཕྱིར་འཁམས་སྤངས་པ་སྟེ་ཡིག་གཟུགས་ལ་མ་བྲིས་ཀྱང་རུང་ཞེས་པའི་  
དོན་ཡིན་གྱི། བྲིས་མི་རུང་བ་དང་། དོན་ལ་མི་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་གཏན་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་  
བྱ་ན་སྟོན་གྱི་ཡིག་རྟིང་བྱ་མ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། གལ་ཏེ་མདའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་འཁམས་  
མ་སྐྱར་ན། མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་ཏུ་འཁྲལ་སྲིད་པས། དེ་འབྲེལ་རིགས་ཅན་ལ་དགོངས་ཏེ། རྒྱུ་  
པ་འབུལ་ལ་འཁམས་དགོས།། ཞེས་གསུངས་གྱི། རྒྱུ་འབུལ་ཐམས་ཅད་ལ་འཁམས་མི་དགོས་  
ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུ་པ་མདའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། དེས་ན་ཡི་གེ་དང་ཡིག་  
གཟུགས་མ་ཞོར་བ་བྱ་དགོས་ཏེ། མཁས་པར་གྲགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་འཛིངས་འདུག་  
ན་ལྟོན་པོ་རྣམས་གྱིས་ལྟ་ཅི་སྟོས་པའི་གནས་སུ་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། དོན་ལ་རྗེས་འཇུག་ཏུ་འ་  
ཡིག་ཞུགས་པར་མ་བཟད། གནའ་རབས་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་སུ་འང་སྐྱོད་ལྟ་བུ་འབྲི་སྟོལ་ཡོད་པ་ལ་  
བྱས་ཕྱིས་སུ་སྐད་གསར་བཅད་ལ་བསྟན་ནས་འ་ཡིག་ཕྱིས་པས་ནི་གཞོད་ཆེན་པོ་བསྐྱལ་བ་སྟེ།  
གང་གི་ཕྱིར་ན་སྐབས་འདིའི་གཞུང་དོན་དང་དངོས་སུ་འགལ་ཞིང་དེར་མ་བཟད། ཀ་ལ་སོགས་  
པའི་ཡི་གེ་སེལ་བུ་རྣམས་མིང་བྱ་སྤྱོད་འདིས་འཁྲལ་གཞི་བྱས་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ན་  
གཞུང་ཆེན་འདི་སུམ་ཅུ་པའི་སྐབས་སུ་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཏུ་འདུག་པས་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་  
ཤེས་དགོས་སོ། ད་དུང་འདིར་མ་བསྟན་པའི་སྤྲད་མཐའ་གྲས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། འབྲིར་མི་  
ལང་བས། སྤྱོད་ཅ་འགྲེལ་སོགས་བལྟས་ནས་ངེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་བཙུ་ཡི་དོན་ཤེས་ན། འདི་དང་སྒྲོག་དང་བཤའ་ནམས་  
 གྱི། མཆམས་སྒྲོར་སྒྲ་ལ་ཐོགས་མེད་ཅིང་། འབྲེལ་པར་སྒྲ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། གཞན་  
 ཡང་རྗེས་འཇུག་ཤེས་པ་ཡིས། དོན་གྱི་སྒྲོར་བ་མ་མཐོང་ཡང་། དོན་དང་མཐུན་པའི་སྒྲོར་  
 བ་ཤེས། ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་བཙུ་པོ་ནམས་གང་ལ་རི་ལྟར་འཇུག་པ་དང་། དེ་དག་གི་  
 མིང་མཐས་བྲངས་པའི་ཕྱད་དང་ནམ་དཔྱེ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོར་ཚུལ་ནམས་རི་སྐད་བཤའ་པ་དེ་  
 བཞེན་ཏུ་དཔྱིས་བྱིན་པར་ཤེས་ན། མདོ་རྒྱད་བསྟན་བཅོས་ནམས་ཡི་གེར་འདི་བ་དང་། དག་  
 པར་སྒྲོག་པ་དང་། བཀོལ་ནས་བཤའ་པ་དང་ཚོམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནམས་གྱི་སྐབས་སུ་ཕྱ་བྱི་  
 མཆམས་སྒྲོར་བ་དང་། སྒྲ་རི་ལྟར་བརྗོད་པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་ཅིང་། མ་དག་པ་དང་མ་འབྲེལ་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་བསལ་ནས། རིགས་ཤིང་འབྲེལ་ལ་སྟན་པར་སྒྲ་བ་ནམས་གྱི་མཆོག་ཏུ་  
 འགྱུར་བ་དང་། གཞན་ཡང་མཁས་པས་བྱས་པའི་དོན་གྱི་སྒྲོར་བ་གཞན་མ་མཐོང་ཡང་། དོན་དེ་  
 དང་ཆ་མཐུན་པ་ཅམ་རང་སྟོབས་གྱིས་སྒྲོར་ཤེས་པ་སོགས་ཏེ། བན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་  
 པས། བསྐྱབ་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་སྒྲོར་བར་མཁས་པ་ན། བྱང་གི་དོན་དང་སྒྲོར་བ་དང་། ལྷ་  
 མའི་མན་ངག་གསུམ་སྒྲར་ནས། དོན་གྱི་ཐོག་ཏུ་དབབ་པར་བྱ། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བསྐྱབས་  
 པས་རྗེས་འཇུག་གིས་མཆོན་རྫོང་བྱེད་ཆོག་གི་སྒྲོར་བ་ལ་མཁས་པ་ན་དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་  
 མི་བྱ་བར་རིགས་པས་དབྱུང་དེ་བཀའ་བསྟན་སོགས་གྱི་བྱང་གི་དོན་དང་སྒྲོར་བ་དང་། བརྒྱད་  
 པ་དང་ལྷན་པའི་ལྷ་མའི་མན་ངག་སྟེ། མདོར་ན་ཆོག་སྒྲོར་ལ་མཁས་པ། བྱང་དོན་དང་སྒྲོར་བ།  
 བརྒྱད་ལྷན་གྱི་མན་ངག་གསུམ་སྒྲར་ནས་གང་ཡིད་ལ་བརྟགས་པའི་དོན་ཐོག་ཏུ་དབབ་པར་  
 བྱའོ། ཞེས་ཏེ། དོན་ནི་གནས་སྐབས་གྱི་འདོད་དོན་མདོན་མཐོང་དང་། མཐར་ཐུག་གི་འདོད་དོན་  
 དེས་ལེགས་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་གཉིས་ལ་གོ་བར་བྱའི་འབྲལ་སེལ་གྱི་བདེ་སྦྱིད་སྤྱོད་མོ་ཅམ་སྐྱབ་

པའི་ཐབས་ཅམ་ལ་མི་བབྱང་ངོ་།།

གསུམ་པ་ནི། བསྐྱབ་ལ་བཙོན་པའི་གང་ཟག་གིས།། དང་པོར་ང་རོ་རྣམས་ལ་  
སྦྱང་།། སྡོན་འཇུག་མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་གསུམ།། གློག་གི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན།། རྗེས་  
འཇུག་བཞི་ཡི་སྦྱར་བ་ནི།། མཉན་བསམ་བསྟན་པའི་དོན་དུ་སྦྱར།། ཡན་ལག་དེ་དག་མཐུ་  
ཡིས་ནི།། འབྲས་བུའི་དོན་དུ་གཏན་ལ་དབབ།། བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་ནི།། གང་ཞིག་  
འབད་པ་རྒྱུད་དུས་ཀྱང་།། ཤེས་རབ་སྦྱར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར།། དེ་ཕྱིར་དང་པོར་འདི་ཉིད་  
བསྐྱབ།། དེ་ནས་རྒྱས་པའང་མཉན་བྱས་ཏེ།། བསྐྱབ་པ་གང་ལ་དད་པ་ཡི།། གཞུང་ཉིད་སྒྲ་མ་  
དག་ལས་མཉན།། ཞེས་པ་སྟེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རིམ་པ་ལ་བཙོན་པའི་གང་ཟག་གིས་ཐོག་  
མར་ང་རོ་ཅམ་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཡིག་འབྲུ་སྤྲུལ་ཅུ་པོ་ངོས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་དུ་སྦྱང་། དེ་  
ནས་སྡོན་རྗེས་མིང་གཞི་གསུམ་སྦྱར་ནས་གློག་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ། དེ་ནས་སྡོན་རྗེས་  
རྣམས་ཉགས་འཇུག་ནས་རི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་གང་ལ་འཇུག་པ། གང་གིས་འཇུག་པ།  
རི་ལྟར་འཇུག་པ། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པའི་སྦྱར་བ་བཞི་པོ་རྣམས་ནི། གཞུང་གང་སྒྲ་མ་ལས་ཉན་  
པ་དང་། ཐོས་ནས་བསམ་པ་དང་། བསམ་ནས་བསྟན་པའི་དོན་དུ་སྦྱར་ལ། དེ་ལྟར་རྒྱུད་ཡན་  
ལག་གི་སྟོབས་དེ་དག་ནི་གང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འབྲས་བུའི་དོན་དུ་འགྱུར་བར་བྱའོ།། རི་སྐད་  
བཤད་པའི་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་ནི་སྟོབ་མ་གང་ཞིག་བཙོན་འགྱུས་ཆེན་པོ་བཅམས་  
ན་ལྟ་ཅི། འབད་པ་རྒྱུད་དུས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཕུན་སྤྲུལ་ཚོགས་པ་སྦྱར་དུ་གྲོལ་བ་སྟེ། ཉོགས་  
པར་འགྱུར་ངོ་།། རྒྱ་མཚན་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་དང་པོར་སྦྱ་གཞུང་བསྐྱབ་པ་འདི་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་  
ཅིང་། དེ་ནས་རྒྱས་པའང་ཉན་ཏེ་ཉོགས་པར་བྱས་ལ། ཆོག་གི་སྦྱར་བ་ཉོགས་ནས་དོན་གྱི་སྦྱིང་  
པོ་བསྐྱབ་གསུམ་གང་ལ་དད་པ་དེའི་གཞུང་རྣམས་སྒྲ་མ་དག་ལས་ཉན་ཏེ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་  
བྱའོ།། ཞེས་གདམས་པའོ།།



བཞི་པ་ནི། ལྷོ་བ་དཔོན་དེ་ཉིད་དུ་འཛིན་ཅིང་། ལེ་ལོ་འེ་གཡེང་བ་རྣམ་  
 བར་སྤངས།། རྩོ་བཟང་དད་པ་ལ་བརྟེན་པ། སྤྱེས་བྱ་དེས་ནི་སྤྱར་རྟོགས་ཏེ། དེ་ལ་དུས་སྤ་  
 འདོམས་པར་བྱ།། ཅིག་ཤོས་དེ་ལས་ལྷོག་པའོ། ཞེས་པ་སྟེ། བསྟན་བཅོས་འདི་ཉིད་གང་ལ་  
 བསྟན་ན།། སྟོན་པ་པོ་འེ་སྤ་མ་ལ་སྤ་མར་འཛིན་ཅིང་། ལེ་ལོ་འེ་གཡེང་བ་སྤངས་ནས་བཅོན་  
 འགྲུས་དང་ལྡན་ལ། རྩོ་བཟང་སྟེ་ཤེས་རྒྱུད་བཟང་བ་དང་། གང་བསྐབ་པར་བྱ་བའི་གནས་ལ་  
 ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་དད་པ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆོས་བཞི་ལྡན་གྱི་སྤྱེས་བྱ་ལ་དུས་  
 སྤ་འདོམས་པར་བྱ་ཞིང་། བྱང་ཆོས་བཞི་དང་མི་ལྡན་པའི་ཅིག་ཤོས་ལ་ནི་དུས་སྤ་འདོམས་  
 པ་དེ་ལས་གོ་ལྷོག་སྟེ་ནམ་ཡང་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་སོ།། འོ་ན་འདི་ལ་སྤམ་ཅུ་པ་ཞེས་  
 འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་སྟམ་ན། ཁ་ཅིག་ཀ་མད་སྤམ་ཅུ་བརྗོད་བྱར་སྟོན་པས་ཡིན་ཟེར་བ་  
 དང་། གཞན་དག་གཞུང་དངོས་ལ་སྟོོ་ཀ་སྤམ་ཅུ་ཡོད་པས་ཡིན་ཟེར་བ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་དེ།  
 དང་པོ་ལྟར་ན་རྟགས་འཇུག་སོགས་ཀྱང་དེར་ཐལ་ཞིང་། གཉིས་པ་ལྟར་ན་སྟོོ་ཀ་སྤམ་ཅུ་ཆང་  
 དགོས་རྒྱུ་ལ་རྟུང་བ་གཅིག་གིས་མ་ཆོག་པའི་ཕྱིར་དོ།།

རང་གི་ལུགས་ནི། ཀླ་ལི་སྤམ་ཅུའི་རྣམ་གཞག་ཐོག་མར་སྟོལ་གཏོད་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྤམ་ཅུ་པ་ཞེས་ཏེ། འདི་ལྟར་བྱས་ན་སྤམ་ཅུ་དབྱས་གདགས་སྤ་  
 མེད་པས་འཐད་སྟམ་པ་ཡོད་དོ།། རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པས་ཀླ་ལི་སྤམ་ཅུ་བཤད་མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་  
 རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྲེད་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་གྱི། རོ་བོ་གསར་དུ་སྟོལ་གཏོད་པའི་ཆེད་དུ་མིན་  
 པས་རྟགས་སྤམ་གཉིས་མཚུངས་པའི་སྐབས་མེད་དོ།། དེ་ལྟར་ན་འདི་ཡན་གྱིས་སྤམ་ཅུ་པའི་  
 ཆོག་དོན་རགས་ཅིམ་ཅིམ་ལེགས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ།། །

གཉིས་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ། མིང་གཞིའི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་  
 པ། འབྲལ་ཡིག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ། མཐའ་རྟེན་གྱི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་

བཤོ། དང་པོ་ནི། སོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ། སྡེ་པ་བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་པ་འདྲ་། སྡེ་ཚན་  
ལྷ་རུ་བྱིས་བྱས་ནས། སོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། ཤིན་རྩ་མོ་དང་བཞི་བཞི་རུ། སྡེ་པ་བཞི་པ་  
ཡན་ཆད་དེ། ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་གནས་པ་ལ། ཅ་སོགས་གསུམ་ནི་ཅ་སོགས་སྦྱར། མ་  
ནི་བ་དང་སྦྱར་བར་བྱ། ལྷག་མ་རྩ་གཉི་མོ་རུ་སྦྱར། ཞེས་པ་སྟེ། མོ་དབྱེད་ཡིག་གི་རྒྱས་  
བྱངས་པའི་གསལ་བྱེད་སོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ་བྱེ་ན་སྡེ་པ་བྱེད་དང་བརྒྱད་དུ་གནས་ཤིང་།  
དེར་སྦྱར་ཡང་སོ་ནས་མོ་གཤམ་གྱི་བར་དུ་སྡེ་ཚན་ལྷ་རུ་བྱིས་ནས་སོ་དང་། མ་ནིང་དང་། མོ་  
དང་། ཤིན་རྩ་མོ་དང་བཞི་བཞི་རུ་སྡེ་པ་བཞི་པ་ཡན་ཆད་ལ་དེ་བར་བྱ་བ་སྟེ། འདི་ལྟར། ཀ་  
སོ་ཡིག་། ཁ་མ་ནིང་། ཀ་མོ་ཡིག་། ད་ཤིན་རྩ་མོ་དང་སྡེ་པ་འོག་མ་གསུམ་ལ་འང་དེ་བཞིན་དུ་དེ་  
བས་བཅུ་རྩ་གཉི་ལྟར་ལ། དེ་དག་གི་ལྷག་མ་བཅུ་བཞིར་གནས་པ་ལ། ཅ་སོགས་གསུམ་ནི་  
ཅ་སོགས་གསུམ་དང་སྦྱར་ཏེ། དེའང་ཅ་ཅ་དང་སྦྱར་ནས་སོ། ཆ་ཆ་དང་སྦྱར་ནས་མ་ནིང་། ཇ་ཇ་  
དང་སྦྱར་ནས་སོ་དང་། མ་ནི་བ་དང་སྦྱར་བས་སོ་ཡིག་གོ། ཞ་ཟ་འ་ཡ་བཞི་དང་། ཤ་ས་གཉིས་  
ཏེ་རྩ་གཉི་མོ་རུ་སྦྱར་ལ། ར་སོགས་ལྷག་མ་བཞིའི་ངོས་འཛིན་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་  
བྱང་སྟེ། ཁ་ཅིག་། ར་ལ་རྩ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། ཨ་ནི་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། ཞེས་བཏོན་ནས།  
ར་ལ་རྩ་གསུམ་མོ་གཤམ་དང་། ཨ་ནི་མོ་གཤམ་དུ་མ་ཟད། མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱའོ། ཞེས་  
བཀའ་བ་དང་། གཞན་དག་། ར་ལ་རྩ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། ཞེས་  
བཏོན་ནས། ར་ལ་རྩ་གསུམ་མོ་གཤམ་ཡིན་ཞིང་། མིང་གཞན་མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་  
བྱའོ། ཞེས་འགྲེལ་བ་དང་། ལ་ལས། ར་ལ་རྩ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ། མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་  
བྱ། ཞེས་བཏོན་ནས་གོང་ལྟར་འགྲེལ་བར་མཛད་དེ། དང་པོ་ནི་སི་རྩ་སོགས་དང་། གཉིས་པ་  
ནི་ཞ་ལུ་སོགས་དང་། གསུམ་པ་ནི་མཁས་དབང་གཞན་དང་གཞན་གྱི་ལུགས་སོ། དེ་དག་གི་  
ལུགས་དང་སོ་མི་འཐད་དེ། འདིར་མཆན་མེད་ཡིན་ན་རྟགས་མེད་ཡིན་དགོས་ཤིང་། མོ་གཤམ་

ཡིན་ན་རྟགས་ལྡན་ཡིན་དགོས་པ་ས། ཨ་ཡིག་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་  
རྒྱུ། མོ་གཤམ་ཡིན་ན་རྟགས་ལྡན་ཡིན་དགོས་པ་ནི། མོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཆེ་དེ་ཉིད་  
མོ་ཡིག་དུ་བསྟུ་དགོས་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།།

ལུགས་གཉིས་པ་ཡང་མི་འཐད་དེ། སྟོགས་དེས་ནི་མོ་ཆེན་ནམ་བཟང་གི་རྗེས་སུ་  
འབྲང་ནས་ཨ་རྟགས་མེད་དུ་འདོད་པར་འདུག་མོད། དེ་ལྟར་ན་ཀླ་མི་ཕྱེད་དང་བརྒྱད་པོ་ཡོངས་  
རྫོགས་རྟགས་ལྡན་རིལ་བའི་སྐབས་དང་དངོས་སུ་འགལ་ལ་བསྟན་བཤད་མ་འབྲེལ་བའི་སྟོན་  
དུ་ཡང་འགྱུར་བ་སྟེ། ལྷག་མ་བཅུ་བཞིར་གནས་པ་ལ། ཞེས་བཅུ་བཞིར་དབྱད་གཞིར་བཞག་  
ནས་ཨ་ཡིག་རྟགས་གང་དུ་འདུ་མ་དབྱད་པའི་ཕྱིར་རོ།། གཞན་ཡང་མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་  
ཀྱང་བྲ། ཞེས་ར་ལ་ཉ་གསུམ་མོ་གཤམ་དང་མ་ནིང་གི་གཞི་མཐུན་དུ་འདོད་པ་ནི་གཏན་མི་  
འཐད་དེ། མོ་གཤམ་ཡིན་ན་སྐྱ་ཚོལ་ཞན་པ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཞན་པ་ཡིན་དགོས་ཤིང་། མ་ནིང་  
ཡིན་ན་སྐྱ་ཚོལ་དག་ཞན་ཆ་སྟོམས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་གསུམ་མཆན་མེད་དུ་འདོད་  
པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མི་འཐད་དེ། མཆན་མེད་ཅེས་པ་རྟགས་མེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ན་ར་ལ་ཉ་གསུམ་  
རྟགས་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ།། དེ་གསུམ་མོ་གཤམ་དང་མ་ནིང་གི་གཞི་མཐུན་དུ་ཁས་  
ཐུངས་བཞིན་དུ་ཡང་རྟགས་མེད་དུ་སྟོན་བ་ནི། རང་གིས་རང་ལ་ཚེ་འདྲི་བ་སྟེ། འདི་ལྟར་རྟགས་  
མེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་ནིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཁྱེས་ན་ཅི་ཡང་གསུང་དུ་མེད་པར་འགྱུར་  
རོ།། དེས་ན་མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་ལུགས་གཉིས་པ་འཐད་པའི་སྟོགས་སུ་མཛད་མོད་ཀྱང་།  
ད་དུང་དབྱད་དགོས་པར་འདུག་གོ།

ལུགས་གསུམ་པས། ཨ་རྟགས་ཡོད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་བ་ནི་ལགས་མོད་ཀྱང་། མོ་  
གཤམ་དང་། མ་ནིང་དང་། མཆན་མེད་གསུམ་ཀྱི་གཞི་མཐུན་དུ་སྟོན་བ་ནི་ཆེས་མི་འཐད་དེ།  
སྟར་བཞིན་གོ།། ད་དུང་། ར་ལ་ཉ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། ཨ་ནི་ཀུན་ཀྱི་སྟོག་དུ་ཁྱེས་པ། ཞེས་དང་།

ར་ལ་རྟ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ། ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་དང་། སུམ་ཅུ་པ་ནི་སྤྱོགས་  
ལྷངས་མེད། ཅེས་བྲ་བ་སོགས་མཁས་པའི་བཞེད་ཚུལ་མཐའ་ཁྲིམས་པ་ཞིག་འདུག་མོད་ཀྱང་།  
རང་གི་ལུགས་ནི། ར་ལ་རྟ་ཨ་མོ་གཤམ་མོ། ཞེས་འདོན་པར་བྱའོ། འོ་ན་དེ་ལྟར་བྲས་ཆེ་  
མ་ནིང་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཞེས་པ་ཆད་པར་མི་འགྱུར་གང་སྟུམ་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། དེ་ཙ་  
ཆོག་དངོས་མིན་པར་མཁས་པ་འགས་བཞེད་པ་ལྟར་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་བཞིན་དུ། ཡི་གེ་  
སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་ལ། ཤོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ། ཞེས་འབྱུང་བ་སོགས་ཙ་ཆོག་ལ་མང་ཉུང་  
དང་ཆོག་རིས་འབྲ་མིན་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་འདུག་པས། ཞིབ་ཏུ་དབྱད་པར་བྱའོ། འདིར་རྟགས་  
སུམ་གཉིས་པོ་གཞུང་གཅིག་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་མིན་ལའང་མི་མཐུན་པ་བྱུང་སྟེ། མཁས་པ་ལ་  
ལས། དེ་གཉིས་གཞུང་གཅིག་གི་ཆ་ཤས་སུ་གཏོགས་ཏེ། སུམ་ཅུ་པར་བསྡོམས་དང་། རྟགས་  
འདུག་ཏུ་མཚོན་བརྗོད་མ་བྱུང་བས་ཤེས་སོ་ཟེར། གཞན་དག །དེ་གཉིས་གཞུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་  
ཏེ། སུམ་ཅུ་པའི་མཐུག་ཏུ་བསྡོམས་དང་། རྟགས་འདུག་གི་ཚོད་དུ་མཚོན་བརྗོད་པའི་དཔེ་  
ཡང་མང་བར་བཞུགས་ཤིང་། དེ་ཁོ་ན་གཞུང་དག་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ཏེ། སྤྲ་མ་སི་ཏུ་དང་། ཅིག་  
ཤོས་གསེར་རྟག་སོགས་ཀྱི་བཞེད་པའོ། འོ་ན་འདིར་ཤོ་མོ་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེའི་འདུག་པ་ལ་  
རྟགས་ཀྱི་འདུག་པ་ཞེས་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་སྟུམ་ན། སྦྱིར་ཤོ་མོ་གང་ཡིན་རྟགས་ཀྱིས་  
འབྲེད་དགོས་པས་ཏེ། འདི་ཙམ་ལའང་གཞུགས་པའི་དུས་སུ་སྟེབ་གདའོ།

གཉིས་པ་སྦྱོན་འདུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འདུག་པ་བཤད་པ་ལ། མིང་གཞི་ལས་ལོགས་སུ་  
སྦྱོན་རྩིས་དབྱུང་ཚུལ་བཤད་པ། སྦྱོན་འདུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། སྦྱོན་འདུག་གི་  
རྟགས་ཀྱི་འདུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། མོ་ཡི་ཡི་གེའི་ནང་ནས་ནི། འདུག་པའི་ཡི་  
གེ་བཅུ་དབྱུང་བྲ། འདུག་པ་བཅུ་ཡི་ནང་ནས་ནི། སྦྱོན་འདུག་ཡི་གེ་ལྔ་དབྱུང་བྲ། ཞེས་པ་  
སྟེ། ཤོ་དང་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་རྣམས་བསལ་བའི་ལྷག་མ་ལ་མོ་ཡིག་ཏུ་བྲས་པའི་ནང་ནས་རྩིས་

འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱུང་ཞིང་། དེ་བཅུ་འཇུག་སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ལྔ་དབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་  
ཏེ། སྟོན་རྗེས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་ནི་སྤར་སྤུལ་ཅུ་པའི་སྐབས་བཞིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། སྟོན་འཇུག་ཡི་གེ་ལྔ་པོ་ལ། ཐོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། འིན་རྩ་མོ་  
དང་བཞི་རྩ་དབྱེ། ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་ལྔ་ལས། བ་ཐོ་ཡིག །ག་ད་གཉིས་མ་ནིང་། འ་  
མོ་ཡིག །མ་འིན་རྩ་མོ་ཡིག་སྟེ། བཞིར་དབྱེ་བར་བྱའོ། ཞེས་སོ། །འདི་ལྟར་དབྱེ་བ་ནི། སྟོན་  
གདངས་བྲག་ཞན་གྱི་དབང་གིས་ཏེ། དེ་ཡང་མིང་གཞི་རྣམས་ངོ་ཐོའི་སྟོན་སྤར་དང་། སྟོན་རྗེས་  
རྣམས་མིང་གཞི་དང་ཕྱད་སྟོབས་ཀྱིས་བྲག་ཞན་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས་སོ།།

གསུམ་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། དེ་དག་  
རེ་རེར་བཞི་བྱེད་དེ། གང་ལ་འཇུག་བྱེད་གང་གིས་བྱེད། ཇི་ལྟར་འཇུག་བྱེད་ཅི་ཕྱིར་  
བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་པོ་མོ་སོགས་དེ་དག་རེ་རེར་བྱེད་པ་བཞི་བཞིའི་སྟོན་སྤར་ཏེ།  
འཇུག་ཡུལ་གང་ལ་འཇུག་པ། འཇུག་བྱེད་གང་གིས་འཇུག་པ། ཚུལ་རི་ལྟར་འཇུག་པ། དགོས་  
པ་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་པའོ།།

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། དངོས་དང་། ཞར་བྱུང་མི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། དང་པོ་  
ལ་གསུམ། གང་ལ་དང་གང་གིས་འཇུག་པ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ། ཇི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་བཤད་  
པ། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་ན། ཐོ་ནི་ཐོ་  
དང་མོ་ལ་འཇུག །མོ་ནི་མོ་དང་མ་ནིང་ལ། མ་ནིང་ཡང་ནི་ཐོ་མོ་ལའོ། འིན་རྩ་མོ་ནི་མ་ནིང་  
དང་། མོ་དང་འིན་རྩ་མོ་ཉིད་ལའོ། ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་ཡི་གེ་ལྔ་པོ་རྣམས་མིང་གཞིའི་ཡི་  
གེ་གང་དང་གང་ལ་འཇུག་ཅི་ན། སྟོན་འཇུག་པོ་ནི་མིང་གཞི་ཐོ་དང་མོ་རྣམས་ལ་འཇུག །སྟོན་  
འཇུག་མོ་ནི་མིང་གཞི་མོ་དང་མ་ནིང་རྣམས་ལ་འཇུག །སྟོན་འཇུག་མ་ནིང་ནི་མིང་གཞི་ཐོ་དང་  
མོ་རྣམས་ལ་འཇུག །སྟོན་འཇུག་འིན་རྩ་མོ་ནི་མིང་གཞི་མ་ནིང་དང་མོ་དང་འིན་རྩ་མོ་ཉིད་ལ་

འཇུག་གོ། ཞེས་ཏེ། འཇུག་ཡུལ་གྱི་གངས་འཕྲེན་དང་དཔེར་བརྗོད་ནམས་ནི་ཤེས་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་  
ན་མ་བྲིས་སོ།།

གཉིས་པ་ནི། མོ་ནི་མ་ནིང་ལ་མི་འཇུག། མོ་ནི་མོ་ལ་འཇུག་པ་མིན།། མ་ནིང་རང་ལ་  
རང་མི་འཇུག། རང་གི་སྡེ་དང་སྤང་བ་ན།། མོ་ཡང་མོ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར།། མ་ནིང་མོ་ཡང་དེ་  
བཞིན་ནོ།། ཞེས་པ་སྟེ། འོ་ན་མི་འཇུག་པའི་ཡུལ་གང་དང་གང་ཞེ་ན། སྡོན་འཇུག་མོ་ཡིག་ནི་  
མིང་གཞི་མ་ནིང་ལ་མི་འཇུག། སྡོན་འཇུག་མོ་ཡིག་ནི་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་ལ་མི་འཇུག། སྡོན་  
འཇུག་མ་ནིང་ནི་མིང་གཞི་མ་ནིང་ལ་མི་འཇུག། དེར་མ་ཟད། རང་གི་སྡེ་པ་དང་ནང་སྤང་བ་ན་  
སྡོན་འཇུག་མོ་ཡང་མིང་གཞི་མོ་དང་མོ་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། སྡོན་འཇུག་མ་ནིང་དང་མོ་ཡང་མིང་  
གཞི་རང་གི་སྡེ་ལ་མི་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་ནོ།། ཞེས་ཏེ། འདིར་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡང་མོར་འདྲ་བའི་  
དབང་དུ་བྱས་པའོ།།

གཉིས་པ་ཚུལ་རིམ་ལྗོངས་འཇུག་པ་ནི། རིམ་ལྗོངས་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན།། མོ་ནི་བྲག་པའི་  
ཚུལ་གྱིས་ཏེ།། མ་ནིང་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན།། མོ་ནི་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ།། ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་  
མཉམ་པས་སོ།། ཞེས་པ་སྟེ། སྡོན་འཇུག་མོ་ཡིག་ནི་མིང་གཞི་ལ་སྒྲ་གདངས་བྲག་པའི་ཚུལ་  
གྱིས་དང་། མ་ནིང་ནི་བྲག་ཞན་རན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། མོ་ཡིག་ནི་སྒྲ་གདངས་ཞན་པའི་ཚུལ་  
གྱིས་དང་། ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཞན་པ་མཉམ་སྟེ་མི་མངོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་  
ཅས་པའོ།། འདིར་ཤིན་ཏུ་རིན་པོ་ཆེས། བྲག་ཞན་སོགས་ནི་བྱེད་ཅོལ་ཆེ་ཆུང་ལ་བྱ་དགོས་ཀྱི།  
དེ་ལྟ་མིན་པར་སྒྲ་གདངས་ཁོ་ན་ལ་བྱེད་ན། མོ་དང་མ་ནིང་ལ་སྒྲ་གདངས་དེ་ཅུམ་གྱིས་བྲད་  
པར་མེད་པས་གཞོད་ཅེས་གསུངས་མོད་ཀྱང་། དེ་ལྟ་ན་བྱེད་ཅོལ་ཆེ་ཆུང་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མི་  
མངོན་པས་མཆུངས་སམ་སྟུམ་སོ།། གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་ལ་བྱེད་ཅོལ་གྱི་བྲད་པར་ཆེར་མི་མངོན་  
པ་དེ་ལྟར་ཡང་། གཏན་མི་མངོན་པ་མིན་པས་སྡོན་མེད་དོ་སྟུམ་ན། ཚུལ་དེ་ནི་སྒྲའི་གདངས་

ལའང་སྒོ་ཀུན་ནས་མཚུངས་སོ།། མདོར་ན་སྔོ་ཡིག་ཅ་ལྟ་བུ་དང་། མ་ནིང་ཆ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་  
ན། ཁ་ནང་དུ་སྤྱོད་ནས་རི་ཅམ་བསམས་ཀྱང་བྱེད་ཚུལ་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་ཡོད་ལ། སྤྱོད་གདངས་  
ཤུགས་ཆེ་ཆུང་མེད་དོ་བྱ་བའི་ཁྱད་པར་ནི་ཆུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པར་མ་མཐོང་ངོ་།།

གསུམ་པ་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། འོགས་གཅོད་དོ།། དང་  
སོན། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན།། སོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར།། མ་ནིང་གཉིས་  
ཀ་ད་ལྟར་ཆེད།། མོ་ནི་བདག་ད་མ་འོངས་ཕྱིར།། ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ།། ཞེས་པ་སྟེ།  
སྔོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ལ་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་ན། སྔོན་འཇུག་  
སྔོ་ཡིག་ནི་ལྟ་བུ་བསྐྱབས་སོ་ལྟ་བུ་དུས་འདས་པ་དང་། དངོས་སོ་གཞན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་  
འཇུག །སྔོན་འཇུག་མ་ནིང་ནི་གཅོད་པ་སོ་དང་གཅད་བྱ་ལྟ་བུ་དངོས་སོ་བདག་གཞན་གཉིས་  
ཀ་དང་། གཅོད་པར་བྱེད་ལྟ་བུ་དུས་ད་ལྟར་བ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག །སྔོན་འཇུག་སྔོ་ཡིག་  
ནི་མདུད་པ་འགོལ་བ་སོ་ལྟ་བུ་དངོས་སོ་བདག་དང་། འགོལ་བྱེད་འགོལ་བྱ་ལྟ་བུ་དུས་ད་ལྟར་  
བ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག །སྔོན་འཇུག་ཤིན་ཏུ་མོ་ནི། མཆོད་པ་སོ།  
མཆོད་བྱ་ལྟ་བུ་དངོས་སྤྱོད་བདག་གཞན་དང་། མཆོད་ཟེན། མཆོད་འགྱུར། མཆོད་བཞེན་ལྟ་བུ་  
དུས་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་ཅེས་ཏེ། གཞན་དག །སྔོ་ནི་བདག་དང་མ་  
འོངས་ཕྱིར།། ཞེས་བརྟོན་ནས་འཆད་དོ།།

གཉིས་པ་ལ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཁུངས། དེ་དག་གི་ངོས་འཛིན། འོགས་པ་ཆུང་ཟད་དཔྱད་  
པའོ།། དང་སོ་ནི། འདིར་བསྟན་བདག་གཞན་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཁུངས་གང་ལ་བསྟེན་ཏམ་  
སྟམ་ན། སྤྱོད་གཞུང་མང་སོར། བདག་དོན་གྱི་ཆོག་ཅན་དང་། གཞན་དོན་གྱི་ཆོག་ཅན་ཞེས་  
འབྱུང་བ་དེ་ལ་བསྟེན་པར་བཤད་དོ།།

གཉིས་པ་ནི། ལྟ་གིས་ཤིང་བཅད་པ་ལ་མཆོན་ན། ལྟ་གི་བྱེད་པ་སོ། ཤིང་ལས། བཅད་



བ་བྱ་བ་སྟེ། དེས་གཞན་ལ་འདྲི་གསུང་འབྲེལ་ལོ། འདི་ལྟར་ན། གཅད་བྱ་ཤིང་། གཅོད་བྱེད་སྟ་གི  
།བཅད་པ་ལས་ཞེས་གྲགས་པ་ནི། བ་སྟེད་ཐོར་ཡང་བྱིར་ལས་བྱ་གཉིས་མིང་བརྩེ་བ་ཙམ་ཡིན་  
གི། དོན་ལྡན་མ་ལས་མ་འདས་ཏེ། དབྱ་ཆད་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོའི་དགོངས་པ་ལོ། །བཅད་པ་འི་  
བྱ་བ་ལ། འདིས་བཅད་པ་དང་། འདི་བཅད་པ་འི་ཆ་གཉིས་ཏེ། ལྡན་མ་ལ་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་བ་འི་  
ལས་དང་། བྱི་མ་ལ་བྱ་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བ་འི་ལས་ཞེས་བེད་རོ། ། འོན་ཏེ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་འི་ཆར་  
གཏོགས་པས་ལས་དངོས་ནི་མིན་ཏེ། ལས་དང་བྱ་བ་སྟོ་ཀུན་ནས་འགལ་བ་འི་བྱིར་རོ། །གཞན་  
དུ་བྱ་ལས་དང་། བྱེད་ལས་ཞེས་དང་། བྱ་སྐྱབ་དང་བྱེད་སྐྱབ་ཅེས་གསུངས་པ་འདྲ་འདི་གཉིས་  
དང་ནམ་གངས་སོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ནི། བྱ་བ་གསལ་བྱེད་ཙམ་ཡིན་གི། བྱ་བྱེད་ལས་  
གསུམ་དང་། དུས་གསུམ་གང་དུ་འདྲམ་མ་གཏོགས་པར་གསུངས་སོ། །སྐབས་འདི་དག་ཏུ་དངོས་  
སོ་བདག་གཞན་གི་བ་སྟེད་མང་དུ་བྱུང་བ་ནི་སྐྱ་གཞུང་ནས་བཀའ་བ་པ་ཡིན་ཞེས་མཁས་དབང་སྟོ་  
དགོན་པས་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་སྟ་གི་ནི་གཅོད་བྱེད་ཙམ་ཡིན་གི། གཅོད་པ་སོ་གཏན་ནས་  
མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་མིན་པ་འི་བྱིར་། ཞེ་ན། མཐོང་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུང་བ་འི་སྟོན་ཏེ། མེ་ནི་ཤིང་སྟེག་  
པ་སོ་དང་། ས་སོན་ནི་ལྷ་གྱ་སྟེད་པ་སོ་སོགས་སུ་ཤིང་རྩ་ཆེན་སོའི་གཞུང་དུ་མ་ནས་ལན་གཅིག་  
མིན་པར་གསུངས་པ་འི་བྱིར་རོ། ། འོ་ན་དངོས་སོ་བདག་གཞན་དང་། དུས་གསུམ་གི་འཛོག་  
རྒྱལ་རིམ་ལྟ་བུ་སྟེན་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་འདྲ་གཞི་གཅིག་ལ་མཆོན་ན། གཅོད་པ་སོའི་གང་  
ཟག་དང་། གཅོད་བྱེད་གི་སྟ་གི་གཉིས་ནི་འདིར་བསྟན་བདག་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་འི་ལས་ཀྱང་དེར་  
འདུས་སོ། །གཅད་བྱེད་ཤིང་ནི་དངོས་སོ་གཞན་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་འི་ལས་ཀྱང་དེར་འདུས་སོ། །དེའི་  
བྱིར་བྱ་ཏེ་བཤ་ཆེན་གིས། བྱེད་པ་སོ་ནི་བདག་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་འི་དངོས་སོ་གཞན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
བྱ་བ་རང་ལྟོག་དངོས་སོ་གཞན་དུ་གསུངས་མེད་ཀྱང་། བྱ་བྱེད་གི་ཆ་སོ་སོར་བྱེན་ནས་དངོས་སོ་  
བདག་གཞན་དུ་འཛོག་དགོས་སོ། །

དུས་གསུམ་ནི། གཞི་ལ་སྦྱར་ན། བཅད་ཟིན་འདས་པ། གཅོད་འགྱུར་མ་འོངས་པ།  
གཅོད་བཞིན་ད་ལྟར་བ་སྟེ། འདི་ལྟར་ན་དངོས་སོ་བདག་གཞན་གཉིས་དང་། དུས་གསུམ་ལ་  
སོགས་པ་ནི་བྱ་བ་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་ཐོན་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། བྱར་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་  
པལ་ཆེར་གྱིས་མ་ཐོན་པར་སྤང་ངོ་།། མདོར་ན་བྱེད་པ་སོ་དངོས་སམ་དེའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་  
པ་ནི། དངོས་སོ་བདག་གི་དོན་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་དངོས་སམ་དེའི་ཆར་གཏོགས་པ་ནི། དངོས་  
སོ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བྱའོ།། དེས་ན་བཟའ་བ། བཏུང་བ། བཅའ་བ་བཤད་པ་སོགས་མིང་ཉི་ཆེ་བ་  
ལ་བདག་གཞན་སོགས་སྦྱོར་བ་སྤྲད་བྱས་པ་ནི། ནམ་གཞག་མ་ཆགས་པར་བཤད་དོ།།

གསུམ་པ་དོགས་པར་དབྱད་པ་ལ། མཁས་པའི་གསུང་ལ་སྦྱར་དབྱད་པ་དང་། སི་  
རྩའི་གསུང་ལ་བྱེ་བྲག་དབྱད་པ། གཞུང་འདིས་བསྟན་ཚུལ་ལ་ཅུང་བཤད་དབྱད་པའོ།། དང་སོ་  
ནི། རྗེ་ལྷ་ལུ་པ་ཆེན་པོས། བདག་སྤྱང་ན་ལས་འདས་ནས་གཞན་སྤྱང་ན་ལས་བསྐྱའོ།། ཞེས་པ་  
དངོས་སོ་བདག་ལ་འདྲུག་པའི་དཔེར་མཛད་ལུགས་ལ་བལྟས་ན། འདིར་བསྟན་བདག་གཞན་  
ནི་གང་ཟག་རྒྱུད་གཅིག་མི་གཅིག་ཅུམ་ལ་བཞེད་པར་གསལ་མོད་ཀྱང་། མཁས་པ་པལ་ཆེ་བའི་  
གསུང་དང་མི་མཐུན་འོ།། ཡང་ནམ་གླིང་པཎ་ཆེན་གྱིས། བྱེད་པ་སོས་གང་བྱ་བ་ནི་ལས་སམ་  
བྱ་བ་ཡིན་ལ། ཞེས་དེ་གཉིས་ཁྱད་མེད་ལྟ་བུར་གསུངས་པ་དང་། བླ་ཉིས། ལས་ནི་བྱ་བ་བྱེད་  
པ་གཉིས།། ཞེས་ལས་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་དེ་ལས་བྱ་བྱེད་གཉིས་སུ་དབྱེ་བར་གསུངས་པ་  
སོགས་ནི། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་འདྲོག་མཆོམས་ལ་ཐུགས་ཞིབ་མ་ཚུགས་པའོ།།

གཉིས་པ་ནི། སི་རྩ་པཎ་ཆེན་གྱི་བཞེད་པས། འདིར་བསྟན་བྱ་བ་ལ་དབྱེ་ན་ནམ་པ་  
གཉིས་ཉི། གང་ཡང་བྱེད་པ་སོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་། མ་འབྲེལ་བའོ།། དང་སོ་  
ནི་ལུགས་གསེར་དུ་བསྦྱར་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ནི་ལུགས་གསེར་དུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
འདིའི་སྤྲ་མ་ལ་བདག་གཞན་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱར་རུང་ཡང་། སྤྲ་མ་ལ་མི་རུང་ངོ་།། ཅིའི་སྤྲར་

ན། གང་བདག་གཞན་སོགས་བཅི་བའི་གཞི་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཞིག་དགོས་ནའང་། ལྷགས་གསེར་དུ་འགྱུར་བ་དང་། བདག་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ལ་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འགྱུར་བྱ་འགྱུར་བྱེད་གཉིས་ཀ་གསེར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འགྲོ་བྱ་འགྲོ་བྱེད་གཉིས་ཀ་བདག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ཞིང་། བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གྱི་དོན་ཡང་། བྱ་བ་གང་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དངོས་སུ་སྤང་བ་དང་མི་སྤང་བ་ལ་བཞེད་སྤང་དོ། ། འདི་དག་ལ་རང་སློབ་མ་དག་པའི་སློབ་གྲིས་འགལ་འདུ་མང་ཞིག་འདུག་པར་མཐོང་སྟེ་འདི་ལྟར། གང་བྱ་བ་ཡིན་ན་དེ་བྱེད་པ་པོ་ཡོད་དགོས་པས། ལྷགས་གསེར་དུ་འགྱུར་བ་དང་། བདག་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཁས་སྐྱབས་པ་དང་། དེ་དག་བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་ཁས་སྐྱབས་པ་གཉིས་ནང་འགལ་བ་སྟེ། དང་པོ་འོ།

གལ་ཏེ་བྱ་བ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་འདོད་ཀྱི། བྱེད་པོ་ཅམ་མེད་པར་མ་སྤྲོས་པས་སློབ་མེད་དོ་སྟུམ་ན། དེ་ལྟར་ན་རང་གིས་རང་ལ་བྱ་བ་མི་འདུག་པས། བྱེད་པོ་ཡོད་ཕྱིན་རང་ལས་གཞན་དུ་ཁས་སྐྱབས་དགོས་ལ། དེའི་ཆེ་བྱེད་པོ་གཞན་ཡོད་པར་ཐལ། བྱེད་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་ན་ལན་མེད་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། གཉིས་པའོ།

ཅི་སྟེ་བྱེད་པོ་གཞན་ཡོད་པར་མཚུངས་ཀྱང་དེ་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་མི་མཚུངས་པས། བདག་གཞན་སོགས་འདུག་མི་འདུག་གི་བྱེད་པར་འཐད་དོ་སྟུམ་ན། གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་ཚུལ་རྗེ་ལྟར་ཡིན་སྟོས་ཤིག །གལ་ཏེ་གསེར་དུ་བསྐྱུར་ཅེས་པས་སྐྱུར་བྱེད་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་དངོས་སུ་གོ་བའི་ཕྱིར་སྟུམ་ན། འོ་ན་གསེར་དུ་འགྱུར་ཅེས་པས་ཀྱང་འགྱུར་བྱེད་གཞན་ཞིག་ཡོད་པར་དངོས་སུ་གོ་བ་སྟེ། ཆད་མ་ནམ་འབྲེལ་ལས། མ་སྐྱེས་པ་ནི་བསྐྱེད་དོན་དུ། གྱུར་པ་ཉིད་གསུངས་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཅ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པའོ། དེ་བས་ན་སྤྲི་ལ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་པར་འབྱེད་པའང་མི་འཐད་པ་

ཉིད་དེ། གསུམ་པའོ།།

གཞན་ཡང་གསེར་དུ་འགྱུར་བྱེད་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་སམ་འབྱུང་བའི་བྱེད་བ་ལྟ་  
བུ་ཡིན་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས་དངོས་སུ་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་འགྱུར་བྱེད་ནི་གསེར་མ་ཡིན་  
དགོས་པས། འགྱུར་བྱ་འགྱུར་བྱེད་གཉིས་ཀ་གསེར་ཡིན་པར་བཞེད་བ་དང་དངོས་སུ་འགལ་བ་  
སྟེ། བཞི་པའོ།།

གཞན་ཡང་གསེར་དུ་འགྱུར་བྱེད་གསེར་མིན་པར་མ་ཟད། གསེར་དུ་འགྱུར་བྱ་ཡང་  
གསེར་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། དཔེར་མཆོན་ན་གསེར་དུ་བསྐྱུར་བྱ་ལྷགས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་དེར་  
འགྱུར་བྱ་ཡང་ལྷགས་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། དེ་བས་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་དང་གང་དུ་འགྱུར་བ་  
གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེད་དགོས་སྐྱེ་ལ་འཛིངས་འདུག་པ་སྟེ། སྟོན་ལྟ་པའོ།།

གཞན་ཡང་གསེར་དུ་འགྱུར་བ་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་པས། འགྱུར་བྱེད་ནི་རྒྱ་  
ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱས་ངངས་ན་འགྱུར་བ་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་ཐ་མི་དད་ན་རྒྱ་འབྲས་  
ཐ་མི་དད་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། རྒྱག་པའོ།།

གཞན་ཡང་འགྲོ་བྱེད་ཐ་མི་དད་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་དགོས་ཤིང་། དེ་མི་དད་ན་གཅིག་  
པ་ཡིན་དགོས་པས། དེའི་ཆེ། བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་མིན་པས། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་ལུང་རིགས་དང་རྒྱ་ཆེར་འགལ་བ་སྟེ། བདུན་པའོ།།

གཞན་ཡང་བདག་འགྲོ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་པོ་བདག་དང་འགྲོ་བྱ་གཞན་  
ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། གང་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྟོ་ལའང་དངོས་སུ་སྤང་བས།  
བདག་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དངོས་སུ་མི་སྤང་བར་  
འདོད་པའང་མངོན་སུམ་ལ་བསྟོན་པ་སྟེ། བརྒྱད་པའོ།།

གཞན་ཡང་འདིར་བསྟན་བདག་གཞན་དང་དུས་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ནི་བརྗོད་བྱའི་

དེ་ལྟར་འགལ་འདུ་མང་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱ།། ཁོ་ཐོའི་ཐོ་མིག་མ་དག་སྒྲིན་ཡིན་  
ནས།། ཡང་ན་ཅིག་ཤོས་རིགས་ལམ་མི་མཁྱེན་པས།། ཁོངས་ཞེས་གཟུར་གནས་མཁས་རྣམས་  
དབྱེད་པའི་རིགས།། ཞེས་པ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པའོ།།

• 536 •

བར་མི་བྱ་སྟེ། བྱིན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཐུགས་ཁེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་  
གསེར་དུ་བསྐྱར་ཅེས་པས་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་བདག་ཅིག་ཡོད་པར་གོ་ཡང་། འགྱུར་ཞེས་པ་ལ་དེ་ལྟ་  
མིན་པས། རྒྱ་བྱིར་བདག་གཞན་འདུག་མི་འདུག་གི་ཁྱད་པར་འཐད་དོ་སྟེ། འདིར་བསྐྱར་  
བདག་དང་གང་ཟག་གི་བདག་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་པ་སྟེ། དེས་འགྱུར་བར་བྱེད་པ་པོའི་  
གང་ཟག་ཡོད་པར་མི་འཐེན་ཀྱང་། འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པར་འཐེན་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ཉིད་  
དེའི་བྱེད་པོའི་བདག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ། དེ་བས་ན་སྒྲོ་བློས་ཀྱི་འདུག་པ་ཀྱུ་ཤའི་ཅེ་མོ་ལྟར་  
སྤྲ་བར་བྱས་ནས་རྒྱལ་འདི་ལྟར་དུ་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ། བདག་གིས་གང་པས་བསྟོད་དེ་ལྟ་སར་  
སྐྱབ་ལེན་དུ་འགྲོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མཆོན་ན། དེས་སྤྱི་ཞིག་འགྲོ་བའི་བྱེད་པོ། གང་གིས་འགྲོ་བའི་  
བྱེད་པ། ཇི་ལྟར་འགྲོ་བའི་བྱེད་ཐབས། གང་དུ་འགྲོ་བའི་ཡུལ། དེར་འགྲོ་བའི་དགོས་པ། གང་  
འགྲོ་བའི་བྱ་བ་དང་བཅས་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དུག་བསྟན་ལ། གང་ཇི་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་  
འཕྲིགས་རྒྱུད་པའི་མི་ཞིག་ལ་བདག་གིས་ལྟ་སར་སྐྱབ་ལེན་དུ་འགྲོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་ཆོག་ལ་  
བྱེད་པ་དང་བྱེད་ཐབས་གཉིས་བསྟུས་མོད་ཀྱང་། དོན་ལ་དེ་གཉིས་ཀྱང་གོ་བྱས་ཤིང་། ཐ་ན་  
བདག་འགྲོ་ཞེས་པ་ཙམ་ལས་མ་བརྗོད་ཀྱང་། སྐབས་སྟོབས་ཀྱིས་དོན་དེ་རྣམས་རྗོགས་པར་  
གོ་བྱས་པ་སྟེ། ཆད་མ་རྣམས་འགྲེལ་ལས། མ་བརྗོད་ན་ཡང་འདོད་པ་ནི། སྐབས་ལས་རྗོགས་  
པར་འགྱུར་བ་ཡིན། ཞེས་སོ། ། དེའི་བྱིར་ཆོག་གང་དང་གང་ལས་དོན་གང་དང་གང་ཞིག་གོ་བ་  
ནི་ཆོག་དེ་དང་དེ་ལ་དོན་དེ་དང་དེ་སྟོན་པའི་བྱས་པ་ཡོད་པ་དང་། བསྟན་འདོད་དང་ཉན་འདོད་  
སོགས་རྒྱ་རྒྱེན་དུ་མ་ཞིག་ཆགས་དགོས་པས། དེ་རྣམས་དབྱིས་བྱིན་པར་ཤེས་དགོས་ཤིང་།  
དེ་ལའང་སྤྱི་རྒྱུ་སེལ་བས་འདུག་རྒྱལ་སོགས་དབུ་ཆད་ཀྱི་རིགས་ལམ་སྤྱོད་མོ་རྣམས་ངེས་པར་  
དུ་ཤེས་དགོས་སོ། ། དེ་ལྟར་སྤྱོད་ན་ཀྱི་འབྲེལ་བ་རྣམས་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སོགས་པ་བྱིན་དང་  
མཁས་པའི་བཞེད་རྒྱལ་སྤྱོད་མོ་རྣམས་ཀྱུ་ཤའི་ཅེ་མོ་ལྟར་མ་འདེས་པར་འབྱེད་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས།

ཆེག་གི་བཤེ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལའང་མཁས་དགོས་པ་སྟེ། དེའང་ཐུ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས། རོན་གང་ཞིག་སྟོ་བར་འདོད་ནའང་ཆེག་གཅིག་གི་ལམ་ནས་རྫོགས་པར་སྟོར་ཤེས་པ་ཞིག་དང་། བསྐྱེད་བར་འདོད་ནའང་ཆེག་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཡུད་ཀྱིས་སྐྱད་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། སྟོ་བསྐྱེད་རྩལ་བྱ་ཚུལ་ཡང་། བསྐྱེད་ནོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་མཆོན་ན། དེ་ཉིད་ཆེག་གཅིག་ཡིན་ཡང་གང་བསྐྱེད་པ་དང་། གང་གིས་སྐྱེད་པ་དང་། རི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ལ་བྲང་དུ་ཡོད་ཅིང་། གསུམ་པོ་དེའི་ཆེངས་སུ་མ་ཚུད་པའི་ཆོས་སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་གང་ཡང་གཞག་ཏུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གཞན་དང་གཞན་ལའང་རྒྱ་ཆེར་སྟོར་ཤེས་པ་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། འདི་སྐྱེས་དུ་སྟོན་འཇུག་པོ་ཡིག་ལ་མཆོན་ན། བཤད་པ་པོ། བཀག་པ་པོ། བཀང་པ་པོ་སོགས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་ནང་ནས་བདག་ལ་འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་བྱ། བཤད་བྱ། བསྐྱེད་བྱ་སོགས་དུས་མ་འོངས་པར་འཇུག་པ་ཡང་མང་ལ། བསྐྱོ་བྱེད། བསྐྱེད་བྱེད། བརྟེན་བྱེད་སོགས་དུས་ད་ལྟ་བར་འཇུག་པ་ཡང་ཤིན་ཏུ་མང་བས། དངོས་པོ་བདག་དང་། དུས་གཞན་གཉིས་ལ་མི་འཇུག་པ་གཞུང་གི་དོན་ག་ལ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་འཇུག་མ་ཞིང་སོགས་ལའང་ཞིབ་ཏུ་དབྱད་ན་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་མཉམ་དུ་འཇུག་པས་དེ་ནམས་ལས་བྱེ་བྲག་བྱེས་ཏེ། བདག་གཞན་སོགས་ལ་འཇུག་མི་འཇུག་གི་ཁྱད་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་རི་ལྟར་སྟོར་བ་དེ་ལྟར་ནི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་གཏན་མིན་ནོ་སྟེ་ན། ཤིན་ཏུ་བདེན་མོད། འོན་ཏེ་དོན་འདི་ལ་མཁས་པ་གཞན་གྱིས་དྲོགས་གཅོད་ལྟ་ཞོག་གི་དྲོགས་སྟོང་ཙམ་ཡང་མཛད་པ་མ་མཛོང་བས། ཤིན་ཏུ་དབྱད་དཀའ་བའི་གནས་སུ་སྤང་ངོ་། ། གལ་ཏེ་གཙོ་ཆེ་ཆུང་གིས་ཡིན་གྱི། སྟོན་འཇུག་པོ་ཡིག་ལྟ་བུ་དུས་མ་འོངས་པ་དང་། དངོས་པོ་བདག་སོགས་ལ་གཏན་མི་འཇུག་པ་མིན་པས། སྟོན་མེད་དོ་སྟེ་ནའང་ལྟ་དགའ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། སྐྱབ་བྱེད་གནའ་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་བྱེད་རོ། ། དེས་ན་འདིའི་སྐབས་སུ་དཀའ་གནད་ཆེ་ལོས་ནི།



གཞུང་གིས་རི་ལྗོངས་བསྐྱོད་ཚུལ་དང་། བྱ་ཆོག་ལ་བྱ་བས་བྱུང་བར་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱོད་བ་དང་།  
མིང་གིས་བྱུང་བར་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱོད་པའི་ཆ་གཉིས་ཡོད་པ་སོ་སོར་མ་འབྲེས་པར་འབྲེད་  
བ་དང་། མིང་ཉི་ཆེ་བ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་དུས་གསུམ་འཇུག་མི་འཇུག་གི་བྱུང་བར་བྱེད་པ་རྒྱལ་སྤྱི་  
ཤྱི། བསྐྱུ་བས། བསྐྱུ་བ། སྐྱུ་བ། སྐྱུ་བས། ལྟ་བུ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་བཞུགས་པའི་འདས་པ་འོངས་པ་ད་ལྟར་དུས་  
གསུམ་དང་། བསྐྱུ་ལ་ཆོག་ཏུ་འཛོག་པ་སོགས་ནི་རེ་ལྟ་མིག་ཏུ་བཞུགས་པ་བཞུགས་རིམ་ལྔ་ཡི་དེ་  
ཙམ་དུ་དཀའ་བ་མིན་པས། གང་སྤྱོད་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་དུས་ལྟར་མིག་ཏུ་མིག་ཏུ་མིག་ཏུ་མིག་ཏུ་མིག་ཏུ་  
མ་མཐོང་ཅིག་ཅིས་ཀྱང་བསྐྱུ་ལོ།

གསུམ་པ་རྒྱུ་ལ་འཇུག་གི་ཉམས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཞུགས་པ་ལ། དབྱེ་བ་བཞུགས་པ་དང་།  
འཇུག་ཚུལ་བཞུགས་པའོ། དང་པོ་ལ། གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དང་། བརྒྱུད་དུ་དབྱེ་བའོ། དང་པོ་ནི།  
རྒྱུ་ལ་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་ལ། མོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ། ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་ཏུ་མ་ཟད།  
རྒྱུ་ལ་འཇུག་ལའང་སྤྱོད་པ་ཞན་ཀྱི་མོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ་དགོས་ཤིང་། དེ་དག་གི་ངོས་  
འཛོལ་ལ་མཁས་པའི་བཞུགས་པ་མི་མཐུན་པ་མང་ཡང་། དེ་ཞིག་ད་སྔ་བ་གསུམ་མོ་ཡིག་། གང་  
ན་མ་ར་ལ་དུག་མོ་ཡིག་ འཇུག་གཅིག་བྱ་མ་ནིང་དུ་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། མོ་ལ་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་གསུམ། མོ་ལ་མོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ། མ་ནིང་  
འཇུར་དང་མཆན་གཉིས་དང་། མཆན་མེད་དག་དང་གསུམ་དུ་འདོད། ཅེས་པ་སྟེ། མོ་ལ་ནང་  
གསེས་ཀྱིས་སྤྱི་ལ་ཡིག་སྐྱེས་བུ་རབ། ད་ཡིག་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་། བ་ཡིག་སྐྱེས་བུ་ཐ་མར་འཛོག་། མོ་  
ལ་ནང་གསེས་ཀྱིས་ག་ར་ལ་གསུམ་ནི་མོ་ཙམ་དང་། ད་ན་མ་གསུམ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ་འོ། མ་ནིང་  
ལ་འཇུག་གཅིག་ཉིད་མིང་གཞི་སོ་སོའི་དབང་གིས་འཇུར་བ་མ་ནིང་དང་། མཆན་གཉིས་མ་  
ནིང་དང་། མཆན་མེད་མ་ནིང་དང་གསུམ་དུ་འདོད་ཅེས་སོ། སི་ཏུ་འཇུག་པ་ལྟར་བྱས་ན། ག་  
ད་བ་ས་བཞི་མོ་ཡིག་ ན་ར་ལ་གསུམ་མོ་ཡིག་ ད་མ་འགསུམ་མ་ནིང་ཡིན་ཞིང་། དེར་བརྒྱུད་དུ་

དབྱེ་ཚུལ་ཡང་། རོ་བོའི་སྒོ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཡང་འཇུག་ཞུགས་ཚུལ་གྱི་དབང་ལས་ཏེ། དེའང་  
མོ་ལ་མཆོན་ན། ས་ཡང་འཇུག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ག་ཡིག་སྐྱེས་བུ་རབ། དེ་ཡང་འཇུག་ཏུ་ཞུགས་  
པའི་བ་ཡིག་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་། ཡང་འཇུག་གང་ཡང་མ་ཞུགས་པའི་ག་ད་བ་ས་བཞི་སྐྱེས་བུ་ཐ་  
མའོ།། མོ་ལ་མཆོན་ན། ས་ཡང་འཇུག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ང་མ་གཉིས་མོ་ཙམ་དང་། ཡང་འཇུག་  
གང་ཡང་མ་ཞུགས་པའི་ང་མ་འགསུམ་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ།། མ་ནིང་ལ་མཆོན་ན། མིང་གཞི་པོ་  
ཡིག་གི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གང་རུང་ལ་ཡང་འཇུག་ད་ཡིག་ཞུགས་མ་ཞུགས་གཉིས་དང་། མིང་  
གཞི་མོ་ཡིག་གི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གང་རུང་ལ་ཡང་འཇུག་གང་ཡང་མེད་པ་དང་། མིང་གཞི་  
མ་ནིང་གི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གང་རུང་ལ་ཡང་འཇུག་ཞུགས་པ་སྟེ། ཆོན་པ་བཞི་ནི་འགྱུར་བ་  
མ་ནིང་དང་། མིང་གཞི་མོ་ཡིག་གི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གང་རུང་ཡང་འཇུག་ཞུགས་པ་ནི་མཆོན་  
གཉིས་མ་ནིང་དང་། མིང་གཞི་མ་ནིང་གི་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གང་རུང་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་ནི་  
མཆོན་མེད་མ་ནིང་ངོ་།། འོན་ཏེ་འདི་ལྟར་བྱས་ན་འོག་ཏུ་ནང་ཐད་སྒྱུར་མི་བདེ་བས། ཡི་གེ་  
རེ་རེ་བའི་ངོས་ནས་འཛོག་དགོས་པར་མངོན་ནོ།། འོ་ན་སྔོན་འཇུག་རྣམས་པོ་མོ་སོགས་གང་  
དང་གང་ཡིན་གྱི་ངོས་འཛིན་ལ་མཁས་པ་རྣམས་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་མེད་པ་ལ་རྗེས་འཇུག་  
ལ་དེ་ལས་གོ་ལྟོག་སྟེ་འབྱུང་བ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན། སྔོན་འཇུག་རྣམས་མིང་གཞི་གང་དང་གང་ལ་  
འཇུག་མི་འཇུག་གི་ཚུལ་གཉིས་བཤད་བས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་པོ་མོ་སོགས་གང་དང་གང་ཡིན་གྱི་  
ངོས་འཛིན་གསལ་བར་འབྲུབ་ལ། རྗེས་འཇུག་ལ་དེ་ལྟར་བཤད་པ་མེད་བས། མི་མཐུན་པ་སྟེ་  
ཆོག་ས་བྱུང་བ་སྟེ། འདི་ཙམ་ལའང་སྟོ་ཁ་ཕྱོགས་མཁན་དགོན་པར་བྱུང་འདུག་གོ།

གཉིས་པ་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ།། དང་  
པོ་ནི། དེ་ཡང་བྱེད་པ་བཞི་བྱེད་དེ། གང་ལ་འཇུག་བྱེད་གང་གིས་བྱེད། རི་ལྟར་འཇུག་བྱེད་  
ཅི་བྱེད་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལའང་ཡུལ་གང་ལ་འཇུག་

པ། བྱེད་པ་གང་གིས་འབྲུག་པ། ཚུལ་རི་ལྟར་དུ་འབྲུག་པ། དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་འབྲུག་པ་དང་  
བཅས་བྱེད་པ་བཞི་བཞིའི་སྒོ་ནས་འབྲུག་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ།

གཉིས་པ་ལ། གང་ལ་འབྲུག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་སོགས་བཞི་ལས། དང་པོ་ལ།  
དངོས་དང་། རྒྱགས་གཙུག་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི། གང་ལ་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ། ཞེས་པ་སྟེ།  
རྗེས་འབྲུག་དེ་ནམས་ཡུལ་གང་ལ་འབྲུག་ན། ཀ་ནས་ཨའི་བར་ཡི་གེ་སྟུལ་ཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་  
འབྲུག་ཅེས་པའོ།

གཉིས་པ་ནི། འདིར་གསལ་ཉོག་གིས། ཐོབ་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་  
བྱེད་པར་སྒྱུར་བར་མཛད་ཅིང་། དེ་ལྟར་མ་སྒྱུར་ན་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཉོག་ལ་འཛིངས་  
པ་མང་དུ་གསུངས་མོད་ཀྱང་། རོན་དུ་ཐོབ་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་དང་མེད་པའི་ཡི་གེ་ཞེས་པ་  
ནི་རིམ་བཞིན་གསུང་རབ་ལ་གྲགས་པའི་ཆོས་སྐད་དང་། དེར་མ་གྲགས་པའི་པལ་སྐད་ལ་  
བཞེད་པར་འབྲུག་ཅིང་། འདིའི་མཚན་གཞི་ཡང་རིམ་བཞིན་ཐོག་ཅེས་པ་དང་། ཐོག་ཅེས་པ་  
ལྟ་བུ་ལ་བཞེད་འབྲུག་གོ། དེ་ལྟར་ན་རྗེས་འབྲུག་བཅུ་པོ་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་ཀྱ་ལི་སྟུལ་ཅུ་པོ་ཐམས་  
ཅད་ལ་འབྲུག་མོད་ཀྱང་། དེ་དང་དེར་འབྲུག་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྐད་ལ་ཆོས་སྐད་ཀྱིས་མ་བྱུང་  
སྟེ། དཔེར་ན་ཐོག་དང་། ཐོག་ལྟ་བུའོ། ཞེས་གསུངས་རྒྱུ་འབྲུག་ཀྱང་ཅུང་མ་ཐོན་པར་སྒྲུང་  
ངོ། དེར་མ་ཐོན་ཐོག་དང་ཐོག་ལྟ་བུ་ནི་ཡི་གེ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་མིན་པས། ཐོབ་ཚུལ་མེད་པའི་  
ཡི་གེའི་མཚན་གཞིར་དེ་དག་འཛོག་པའང་ཐུགས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའོ། དེའི་ཕྱིར་རྗེས་  
འབྲུག་ཐམས་ཅད་ཡི་གེ་སྟུལ་ཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲུག་ཅེས་ཐད་ཀར་བཀའ་བས་ཆོག་གི་  
ཐོབ་ཚུལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱེད་པར་སྒྱུར་དགོས་དོན་ཅུང་ཐད་ཀྱང་མེད་དོ། ཡང་སི་དུ་བཅ་ཆེན་  
ཀྱིས། རྗེས་འབྲུག་གི་འབྲུག་ཡུལ་ལ་འདིར་བསྟན་མིང་གཞིས་བྱུང་བམ་ཞེ་ན། མ་བྱུང་སྟེ། ཡང་  
འབྲུག་གིས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་གསུངས་པའང་འཁོར་དུ་དབྱེ་འཕྲོམ་པ་སྟེ། ཡི་གེ་སྟུལ་ཅུ་པོ་གང་

རུང་ཡིན་ན། གང་ལ་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ། ཞེས་པའི་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་མིང་གཞི་ཡིན་  
པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་འབྲུག་གཉིས་ཀྱང་སྐུ་ཅུ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེས་  
ནི་འདི་ནི་སྤྱིར་རྗེས་འབྲུག་ས་ཡིག་ལྟ་བུ་འདིར་བསྟན་མིང་གཞི་ཡིན་པ་དང་། ཡང་གང་གི་ཡང་  
འབྲུག་ཏུ་སོང་བའི་རྗེས་འབྲུག་དེའི་མིང་གཞི་མིན་པའི་བྱུང་པར་མ་བྱེད་པས་བྱས་པའོ།

གཉིས་པ་གང་གིས་འབྲུག་པ་ནི། གང་གིས་བཅུ་པོ་དེ་དག་གིས། ཞེས་པ་སྟེ། འབྲུག་ལྷ་ས་  
སྐུ་ཅུ་ལ་འབྲུག་བྱེད་གང་གིས་འབྲུག་ཅེ་ན། རྗེས་འབྲུག་བཅུ་པོ་དེ་དག་གིས་འབྲུག་ཅེས་པའོ།

གསུམ་པ་ཚུལ་རིམ་ལྔར་འབྲུག་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། དང་པོ་ནི། རིམ་རྣམས་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ཡི་འབྲུག་ཚུལ་དོན་གྱི་ཚུལ། ཞེས་པ་  
སྟེ། རྗེས་འབྲུག་རྣམས་མིང་གཞིར་རིམ་ལྔར་འབྲུག་ན། རྗེས་འབྲུག་ཞུགས་པས་སྤྱི་བླ་ཞན་དུ་  
འགྱུར་བ་སྤྱིར་འབྲུག་ཚུལ་དང་། ཞུགས་པས་དོན་གང་ཞིག་སྟོན་པ་དོན་གྱི་འབྲུག་ཚུལ་གཉིས་  
སྤྱི་ཡོད་ཅེས་པའོ། གསལ་བར་བཤད་ན། གང་ཡང་མིང་གཞི་ལ་རྗེས་འབྲུག་མི་འདྲ་བ་  
ཞུགས་སྟོབས་ཀྱིས་དོན་ཡང་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་ལ། སྤྱི་ཡང་བླ་ཞན་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། དཔེར་  
མཆོན་ན་མིང་གཞི་ག་ལ་རྗེས་འབྲུག་པ་ཞུགས་ན་གཅིག་ཅེས་ཡིན་པའི་དོན་སྟོན་ལ། ད་ཞུགས་  
ན་གང་ཞེས་སྟོན་ཁེངས་པའི་དོན་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བ་རྗེས་འབྲུག་གི་པོ་དང་། ད་  
རྗེས་འབྲུག་གི་མོ་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་སོ་སོ་ནས་མིང་གཞི་ག་ལ་ཞུགས་པ་ན་གཅིག་དང་གང་  
ཞེས་སྤྱི་གདངས་ཀྱང་བླ་ཞན་དུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། མདོར་བསྟན་ན་སྤྱི་བླ་ཞན་དང་དོན་  
འདྲ་མིན་དུ་སྟོན་པ་ནི་རྗེས་འབྲུག་ཁོ་ནའི་དབང་ཡིན་ལ། དེར་མ་ཟད་དོན་གང་ཞིག་སྟོན་པ་ལ་  
ལེགས་སྤྱར་ལྟར་ལྟོན་དུ་མ་ཞིག་ཆོག་གསུང་གིས་ཀྱང་། སྤྱི་བ་དཔོན་གྱིས་རྗེས་འབྲུག་བཅུ་པོ་  
ནས་ཆོག་པར་མཛད་པ་ནི་ཆེས་ངོ་མཆར་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་རྣམས་པར་ཐར་པ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་གར་  
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བསྐྱུགས་པའི་མེ་ཏོག་འཕྲོར་བར་མཛད་ཅེས་རྗེ་ཞ་ལུ་བ་ཆེན་པོས་

གསུངས་སོ།།

གཉིས་པ་ལ། སྤྱིའི་འཇུག་ཚུལ་རྒྱས་བཤད་དང་། རོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་རྒྱས་བཤད་  
 རོ།། དང་པོ་ནི། སྤྱིའི་འཇུག་ཚུལ་དང་། ཁྱད་པར་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་ནི། ཐོ་གསུམ་  
 མོ་གསུམ་མ་ནིང་གསུམ།། འག་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་འཇུག །ཅེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཐོ་  
 གསུམ་སྐྱ་གདངས་འག་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་ཐོ་ཙམ་དང་ཤིན་ཏུ་ཐོ་གཉིས་སྐྱ་  
 གདངས་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་གསུམ་སྐྱ་གདངས་བར་མ་སྟེ་རན་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་ཅེས་པ་ལོ།། འདིར་རྗེས་འཇུག་ལ་མོ་དང་མོ་ཙམ་གཉིས་སོ་སོར་བཤད་  
 པ་དང་། བོང་དུ། ཐོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ།། ཞེས་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ཅི་ལྟར་སྐྱུ་  
 བ། དབྱེ་བསྐྱུ་ཙམ་གྱི་ཁྱད་ཡིན་པས་འགལ་བ་ཡོད་པ་མིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། འག་པ་གསུམ་ཉིད་ནང་སྤང་དམ།། གལ་ཏེ་ཞན་པ་ནང་སྤང་ན།། དེའང་  
 བྱང་གི་ཆ་གས་ཀྱིས།། དེ་ཡང་འག་ཞན་གཉིས་སུ་དབྱེ།། མ་ནིང་གསུམ་དུ་གང་གཏོགས་  
 པ།། འག་དང་སྤང་ན་འག་པར་འགྱུར།། ཞན་དང་སྤང་ན་ཞན་པར་འགྱུར།། གཉིས་ཀ་དག་དང་  
 སྤང་གྱུར་ན།། དེ་ནི་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་འགྱུར།། གཉིས་ཀ་དག་དང་མ་སྤང་ན།། གང་དུ་ཡང་ནི་མི་  
 འགྱུར་རོ།། དེས་ན་འགྱུར་དང་མཚན་གཉིས་དང་།། མཚན་མེད་དག་དང་གསུམ་དུ་འདོད།། དེ་  
 ནི་སྐྱ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ལོ།། ཞེས་སོ།། འོ་ན་འདིར་སྤང་ཅེས་པ་རྗེས་འཇུག་དང་མིང་གཞི་སྤང་  
 པ་ལ་བྱེད་དམ། ཡང་ན་རྗེས་འཇུག་ནང་པན་ཚུན་སྤང་པ་ལ་བྱེད་གང་ན། སི་ཏུ་སོགས་ཀྱིས་  
 རྟོགས་ཕྱི་མ་བཞེད་ལ། དེ་ལྟར་ན་སྐབས་དང་མ་འབྱོར་ཞིང་། སྤྱི་ཕྱི་འགལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་  
 མང་བས། རང་གི་ལུགས་ནི་སྤྱི་མ་ལྟར་བྱུངོ།། སུམ་སྤང་སྒྲིར་བ་ན་སྒྲིན་མིང་རྗེས་གསུམ་ནང་  
 སྤང་པ་ལ་བྱ་དགོས་པས་གྱང་མི་གཞོད་དེ། དེའི་ཆེ་ཡང་རྗེས་འཇུག་གི་སྤང་ལུལ་དངོས་ནི་མིང་  
 གཞི་ཡིན་གྱི་སྒྲིན་འཇུག་མིན་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ།། དེས་ན་ཆེ་གཞོན་ནི་འདི་ལྟར་དུ་བཤད་

པར་བྱ་བ་སྟེ། བཀའ། བཀའ། བཀའ། བཀའ། ལྟ་བུ་ནི་སྔོན་མིང་རྩིས་གསུམ་ག་པོ་ཡིག་ཡིན་པས།  
དག་པ་གསུམ་ཉིད་ནང་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་འགག་དང་། འགང་། ལྟ་བུ་ནི་སྔོན་མིང་  
རྩིས་གསུམ་ག་པོ་ཡིག་ཡིན་པས། ཞན་པ་གསུམ་ནང་སྤང་བ་ཞེས་བྱའོ།། གསུམ་ཚན་སྟེ་ཕྱི་དེ་  
གཉིས་ལ་ནང་གི་ཆ་ལས་ཀྱིས་དག་ཞན་གཉིས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚུལ་ནི། བཀའ་དང་། བཀའ་ལྟ་  
བུ་གཉིས་ཀྱི་རྩིས་འཇུག་ནི་རིམ་བཞིན་སྐྱེས་བྱ་རབ་དང་འབྲིང་ཡིན་པས་དག་པའི་དག་པ་དང་།  
བཀའ་བྱི་རྩིས་འཇུག་ནི་སྐྱེས་བྱ་ཐ་མ་ཡིན་པས་དག་པའི་ཞན་པའོ།། དེ་བཞིན་དུ་འགག་ལྟ་  
བུའི་རྩིས་འཇུག་ནི་མོ་ཙམ་ཡིན་པས་ཞན་པའི་དག་པ་དང་། འགང་ལྟ་བུའི་རྩིས་འཇུག་ནི་ལྟོན་  
ཏུ་མོ་ཡིན་པས་ཞན་པའི་ཞན་པའོ།། འོན་ཏེ་རྩིས་འཇུག་ཁོ་ནས་དེ་དང་དེར་འཛོག་པ་མིན་གྱི།  
སྔོན་མིང་པོ་མོ་སོགས་གཞིར་བཞག་ལ་བརྟེན་ནས་སོ།། མ་ནིང་གསུམ་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་ངོ་  
བོ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་མེད་གྱི། འ་ཡིག་གཅིག་ཉིད་ཆོག་གོགས་ཀྱི་དབང་ལས་གསུམ་དུ་འགྱུར་  
བ་སྟེ། དེའང་སྐྱེའ་ལྟ་བུ་མིང་གཞི་པོ་ཡིག་དང་སྤང་ན་སྐྱེ་དག་པ་དང་། རྒྱུ་ལྟ་བུ་མིང་གཞི་པོ་  
ཡིག་དང་སྤང་ན་སྐྱེ་ཞན་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་དང་། བཟའ་ལྟ་བུ་སྔོན་འཇུག་པོ་ཡིག་དང་། མིང་  
གཞི་པོ་ཡིག་གཉིས་ཀ་དང་སྤང་ན་སྐྱེ་དག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་དང་ལྟན་པའི་བྱིར་དང་། འཆའ་  
ལྟ་བུ་སྔོན་མིང་པོ་མོ་གང་དང་ཡང་མ་སྤང་ན་སྐྱེ་དག་ཞན་གང་དང་ཡང་མི་ལྟན་པར་བར་མར་  
གནས་པའི་བྱིར་ན་འ་ཡིག་གཅིག་ཉིད་ལ་རིམ་བཞིན་འགྱུར་བ་མ་ནིང་དང་། མཚན་གཉིས་  
མ་ནིང་དང་། མཚན་མེད་མ་ནིང་གསུམ་དུ་གདགས་པར་འདོད་ཅེས་བ་སྟེ། དཔྱིས་བྱིན་པར་  
བཤད་དོ།།

འདིར་ཡང་འཇུག་ཞུགས་ཚུལ་གྱི་སྐོན་སྐྱེས་བྱ་རབ་འབྲིང་སོགས་སུ་དབྱེ་བ་ལ་  
དྲོགས་པའི་གནས་གསུམ་འཇུག་སྟེ། དེ་ཡང་ག་ཡིག་སའི་རྩིས་འཇུག་ཅན་སྐྱེས་བྱ་རབ་དང་།  
བ་ཡིག་སའི་ཡང་འཇུག་ཅན་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་དུ་འཛོག་ན་དེ་གཉིས་ལ་ནང་སྤང་སྐྱོར་དུ་མེད་པར་

འགྲུར་རོ་སྒྲུལ་པ་ནི་དྲོགས་གནས་དང་པོའོ།།

གལ་ཏེ་རྗེས་འཇུག་ག་དང་ཡང་འཇུག་ས་གཉིས་ནང་མད་པ་ཡོད་པས་སྒྲིན་མེད་དོ་  
སྒྲུལ་ན། དེ་ལྟ་ན་ག་དང་ས་གཉིས་ལ་རིམ་བཞིན་སྒྲེས་བྱ་རབ་དང་འབྲིང་དུ་འཛོག་དགོས་ཀྱི།  
སྒར་ལྟར་འཛོག་མི་རིགས་སྒྲུལ་པ་ནི་དྲོགས་གནས་གཉིས་པའོ།།

ལར་ནས་ཡང་འཇུག་གི་ནམ་གཞག་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་པོ་འགྲུར་འགྲོ་བ་དང་སྒྲོ་  
བསྟན་ནས་དུས་བྱིས་སུ་མཁས་པ་གཞན་གྱི་བྱས་པར་ཟད་ཀྱི། སུམ་ཅུ་བ་དང་ཉགས་འཇུག་  
གིས་དངོས་ཤུགས་གང་ནས་ཀྱང་བྱར་ཅམ་ཡང་མ་བསྟན་པས། གལ་ཏེ་ཡང་འཇུག་ཞུགས་  
ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན་གཞུང་གི་དགོངས་པར་མི་གནས་པའི་སྒྲིན་འབྱུང་རོ་སྒྲུལ་པ་ནི་དྲོགས་  
གནས་གསུམ་པའོ།། དེ་ནི་སྐྱ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ལོ།། ཞེས་པ་ནི་འཇུག་བསྟུ་པའོ།།

གཉིས་པ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ།། དང་  
པོ་ནི། དོན་ནི་ནམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ།། སྒྲ་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བ་དང་།། བྱི་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་  
པའོ།། ཞེས་པ་སྟེ། དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལ། སྒྲ་མ་གང་རི་ལྟ་བུར་འགྲུར་བ་དང་། བྱི་མ་གང་རི་  
ལྟར་འགྲུར་བ་གཉིས་སུ་དབྱེར་ཡོད་ཅེས་པའོ།།

གཉིས་པ་ལ། སྒྲ་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བའི་རྒྱས་བཤད་དང་། བྱི་མ་གང་ལྟར་འགྲུར་བའི་  
རྒྱས་བཤད་དོ།། དང་པོ་ནི། སྒྲ་མ་སྒྲོན་འཇུག་ལྟ་བཞིན་སྒྱུར།། ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་རང་  
ལ་སྒྲོས་པའི་སྒྲ་མ་ནི་མིང་གཞི་ཡིན་ལ། དེ་དང་འདྲས་ནས་རི་ལྟ་བུར་སྒྲོན་པ་ནི་སྒྲོན་འཇུག་དང་  
སྒྱུར་ཞེས་ཏེ། སྒྲོན་འཇུག་མིང་གཞི་དང་འདྲས་ནས་དོན་གང་ཞིག་སྒྲོན་པ་ནི་རྗེས་འཇུག་ལ་  
རག་ལས་པས་ཡིན་ནོ།། འོན་ཏེ་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པར་མིང་གཞི་དང་རྗེས་འཇུག་ཁོ་ནས་དོན་  
སྒྲོན་པའང་མང་བས། དེས་ན་སྒྲོན་འཇུག་ཅན་གྱི་མིང་གཞི་དང་འདྲས་ནས་ཞེས་ཞིབ་ཆ་བསྟན་  
པར་བྱའོ།། འབྲེལ་མཚན་པལ་ཆེ་བས། སྒྲ་མ་སྒྲོན་འཇུག་ལྟ་བཞིན་སྒྱུར།། ཞེས་པ་པོ་ནི་འདས་



དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཁོ་ན་དང་སྦྱར་བར་མཛད་མོད་ཀྱང་། དགོངས་པར་སོང་  
མེན་ཆ་མ་འཆལ་ཏོ།།

གཉིས་པ་སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བར་བཤད་པ་ལ། མིང་མཐའ་དག་ཞན་འདྲན་ཚུལ་  
དང་། རྣམ་དབྱེ་སྤྲུགས་འདྲན་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་ལ། སྦྱིར་དམིགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
སྤྱི་མ་དག་གིས་འདྲན་ཚུལ་ལོ།། གོ་ཡིས་གོ་ཡི་མིང་མཐའ་དང་།། གོ་ཡིས་གོ་ཡི་མིང་མཐའ་  
དང་།། མ་ནིང་གིས་ནི་མ་ནིང་ངོ་།། ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱི་མ་རྗེས་འཇུག་དག་གི་མིང་མཐའ་རྗེ་ལྟར་  
འདྲན་ཚུལ་ནི། ཐད་ཀ །ཅིག་ཅར་ལྟ་བུ་རྗེས་འཇུག་གོ་ཡིས་མིང་གཞི་མོ་འདྲན་པ་དང་། འདུང་  
ཁ། བའ་མཐའ་ལྟ་བུ་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གིས་ནི་མིང་གཞི་མ་ནིང་དང་ངོ་།། ཞེས་པ་ལོ།།

གཉིས་པ་ནི། སྦྱིར་བཏང་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱི། དམིགས་བསལ་བཟོད་བདེའི་དབང་  
དུ་བྱས་ནས་ཆད་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཕོས་ཕོ་དང་། ཏུའ་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཕོས་ཕོ་དངས་པ་སོགས་  
ཀྱང་ཡོད་དེ་གྲགས་ཆེད།།

གཉིས་པ་རྣམ་དབྱེ་སྤྲུགས་སོགས་འདྲན་ཚུལ་དང་། སྦྱིར་འདྲན་ཚུལ་དང་། རང་  
གསེས་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ལོ།། དང་པོ་ནི། མིང་མཐའ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ནི། དེ་ཉིད་རང་  
གི་སྦྱ་མཐུན་པ་ལེ། ཆོས་དངོས་ལས་དང་བྱེད་པ་དང་།། སྦྱིན་དང་འབྱུང་ཁུངས་འབྲེལ་བ་  
དང་།། གནས་དང་བོད་པའི་སྦྱ་ཡང་དང་།། གཞན་ཡང་སྦྱར་བསྐྱུ་ལྟག་བཅས་དང་།། འབྱེད་  
སྦྱད་བཞན་དང་བདག་པོ་དང་།། དགག་སྦྱབ་རྒྱན་དང་དུས་ལའང་འཇུག །དེ་དག་སྤྲུགས་  
འདྲན་པས་འབྱུང་།། ཞེས་པ་སྟེ། བཤད་མ་ཐག་པའི་མིང་མཐའ་མ་རྗེས་འཇུག་དེ་དག་ཉིད་  
ཀྱིས་རང་རང་དང་སྦྱ་མཐུན་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་སྤད་སོགས་ཀྱང་འདྲན་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་  
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཆོས་དངོས་བཟོད་པ་དང་། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། གསུམ་པ་བྱེད་སྦྱ་  
དང་། བཞི་བ་སྦྱིན་པས་མཆོན་པའི་དགོས་ཆེད་དང་། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས་དང་། དུག་པ་འབྲེལ་

བ་སྟེ་འབྲེལ་སྐྱ་དང་། བདུན་པ་གནས་གཞི་དང་། བརྒྱད་པ་ཐོད་པའི་སྐྱ་ཡང་བྲང་ཞེས་ཏེ། ཡང་གིས་ཆོས་དངོས་སོགས་བྲངས་པ་སྟུང་དོ། ། དེའང་མིང་མཐའ་བྲང་ཚུལ་ནི་མིང་གཅིག་གི་ནང་གསེས་ཆ་སྒྲ་མས་ཆ་བྱི་མ་འདྲེན་པ་དང་། ནམ་དབྱེ་སོགས་བྲང་ཚུལ་ནི་ཚུལ་དེ་ལས་གཞན་དུ་གཞག་དགོས་མོད་ཀྱང་། འབྲེལ་པ་ནམས་སུ་པན་ཚུན་འཛིངས་ནས་དབྱེ་དཀའ་བར་བྱས་འདུག་པས། ཅུང་ཟད་ཞིབ་དུ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེའང་མིང་མཐའ་བྲང་ཚུལ་ལ་རྟགས་མཚུངས་བྲངས་པ་དང་། སྐྱ་མཚུངས་བྲངས་པའི་ཚུལ་གཉིས་བཤད་པ་ནམ་དབྱེ་དང་ཐུད་སོགས་ལའང་འབྲ་བས། དེས་ན་བྱམ་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ནམ་དབྱེ་དང་པོ་ཆོས་དངོས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་སྟེ། འདི་ལ་འདྲེན་བྱ་འདྲེན་བྱེད་སོ་སོར་གཞག་དུ་མེད་པ་ནི་ཐོད་སྐྱད་ལ་མིང་ལས་ལོགས་སུ་ནམ་དབྱེ་དང་པོ་གཞག་དུ་མེད་པས་ཡིན་ནོ། ། ཤར་ལ་འགོ་ལྟ་བུས་ནི་ལས་བྱ་བྲངས་པ་སྟེ། དེའང་རྗེས་འཇུག་ར་དང་མིང་གཞི་ལ་གཉིས་ཆར་མོ་ཡིན་པས། སྒྲ་མས་བྱི་མ་བྲངས་པ་ནི་རྟགས་མཚུངས་བྲངས་པ་ལོ། ། མིག་གིས་མཐོང་ལྟ་བུས་ནི་བྱེད་སྐྱ་བྲངས་པ་སྟེ། དེའང་རྗེས་འཇུག་གསེང་གཞི་ག་འདྲེན་པ་ཡིན་པས། རྟགས་མཚུངས་བྲངས་པ་དང་ཆ་འདྲའོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབས་སུ་བཅའ་ལྟ་བུས་ནི་དགོས་ཆེད། ཤེད་གི་ཆེ་ལྟ་བུས་ནི་འབྲེལ་སྐྱ། གནས་ནས་འབབ་ལྟ་བུས་ནི་འབྱུང་ཁུངས། ཤར་ལ་ཡོད་ལྟ་བུས་ནི་རྟེན་གནས། སྐས་མོ་བྱེ་ལྟ་བུས་ནི་འཕོད་སྐྱ་བྲངས་པ་སྟེ། དེ་ནམས་རི་ལྟར་བྲངས་ཚུལ་ནི། ལས་བྱ་དང་བྱེད་སྐྱ་བྲངས་ཚུལ་ལས་དཔགས་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེའང་སྐྱ་མཚུངས་པའི་དོན་ལ་མཁས་པ་ཁ་ཅིག །སྟེ་གནས་དང་བྱེད་ཚོལ་མཚུངས་པ་ལ་བཤད་མོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་བྱས་ཆེ་འདྲེན་བྱ་འདྲེན་བྱེད་མཐའ་དག་སྐྱ་མཚུངས་དང་རྟགས་མཚུངས་གཉིས་སུ་བསྐྱ་མ་རྩས་པས། རང་གི་ལུགས་ནི། འདྲེན་བྱ་འདྲེན་བྱེད་རྟགས་མཚུངས་ན་རྟགས་མཚུངས་བྲངས་པ་དང་། དེ་མིན་ན་བརྗོད་བདེའམ་སྐྱ་མཚུངས་བྲངས་པའི་དོན་དུ་

བྱའོ། ། གཞན་ཡང་རྟག་གོ་ཞེས་མིང་མཐའ་གས་གོ་འདྲེན་པ་ལྟ་བུ་སྤྲོད་བསྟུང་དང་། ཡོད་དེ་ཞེས་  
མིང་མཐའ་དས་དེ་འདྲེན་པ་ལྟ་བུ་ལྟག་བཅས་དང་། འོང་ངམ་ཞེས་མིང་མཐའ་དས་ངམ་འདྲེན་  
པ་ལྟ་བུ་འབྱེད་སྤྲད་དངས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའང་འདྲེན་བྱ་འདྲེན་བྱེད་གསུམ་ཆར་རིགས་གཅིག་  
པས་རྟགས་མཚུངས་དངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ནི་བཟང་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ་བཞན་པ་དང་། ཉ་པ། ཆོས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བདག་པོ་དང་། མཁས་ཀྱང་དུལ། མཁས་ཀྱང་  
ཁེངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་ཆོག་ཐུན་གཉིས་དང་། གང་གི་ཆོ། དེའི་ཆོ་ཞེས་པ་ལྟ་  
བུ་ཆོ་སྐབས་ཏེ། དེ་རྣམས་སྤྱི་ཁྱིའི་ལྟ་བུ་དང་ཚུལ་ཡང་སྤྲོད་བསྟུང་སོགས་ལ་རྗེ་སྤྲད་བཤད་པའི་  
རིགས་འབྲེས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། མདོར་ན་ཆོས་དངོས་བརྗོད་པ་ནས་ཆོ་སྐབས་བརྗོད་པའི་  
བར་གྱི་དོན་དེ་རྣམས་ནི་རང་རང་ལ་ལྟོས་པའི་མིང་མཐའ་འཕྲུལ་རྗེས་འཇུག་སྤྱི་མའི་ཤུགས་ཀྱི་  
སྤྱི་མཚུངས་དང་རྟགས་མཚུངས་ཅི་རིགས་དངས་པས་ལེགས་པར་འབྲུང་ཞེས་ཏེ། བརྒྱ་བག་མ་  
ཡིན་པར་གནད་རྗེས་པར་བྱུང་སྟེ་བཀོད་དོ། །

དེ་ལྟར་ནའང་ཤེས་དགོས་པ་འདི་ཡོད་དེ། སྤྱིར་རྗེས་འཇུག་གས་གོ་འདྲེན་པའི་ངེས་  
པ་མེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཏེ་གང་སྤྲོད་བསྟུང་དངས་པའི་སྐབས་ལ་བབ་པ་ན་དེ་ལྟར་ཏེ། དེས་འབྱེད་  
སྤྲད་དང་ལྟག་བཅས་སོགས་དང་ཚུལ་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། ། གཉིས་པ་ནང་གསེས་ཀྱིས་  
འཇུག་ཚུལ་ལ། རྣམ་དབྱེས་འཇུག་ཚུལ་དང་། སྤྲད་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ལོ། ། དང་པོ་ནི། དེ་དག་  
ནང་གསེས་གང་འཇུག་པ། མཐར་སྐྱར་འོག་མའི་མིང་དོན་ལས། སྤྱི་འཇུག་ཡོད་དམ་བྱེད་  
པ་ཡོད། དེ་བཞིན་ཆེད་བྱེད་ཉེན་བྱེད་དང་། ལས་བྱ་བྲང་བྱ་བསྐྱབ་པར་བྱ། སྟོན་དུ་འོས་པ་  
གནས་པའམ། ཞེས་པ་སྟེ། འདིར་སྤྱི་འཇུག་ནི་དོན་གྱི་ངོ་པོ་ཙམ་སྟོན་པའི་མིང་ངམ་རྣམ་དབྱེ་  
དང་པོ་ལ་བཤད་ཀྱང་། སྤྱི་སྤྱི་ལ་བྱེད་ནའང་མི་རུང་བ་ཆེར་མེད་ལ། དེ་ནི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་  
སྤྲད་སོགས་འཇུག་པའི་སྤྱི་འཕྲུལ་གཞི་ཡིན་པས་ན། སྤྱི་འཇུག་ཅེས་སོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཆོག་དོན་ནི།

སྒར་ལྟར་ནམ་དཔེ་སོགས་མིང་སྒྲ་མའི་བྲགས་ཀྱིས་འདྲེན་ཚུལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། མཐར་སྒྲར་  
 རྒྱུའི་མིང་འོག་མའི་བྲགས་ལས་ཀྱང་འདྲེན་ཚུལ་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་མཆོན་ན། གང་ལྟ་བུ་སྒྲི་  
 ལ་འཇུག་པའི་རྗེས་དེ་མ་ཐག་སྒྲ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་གང་སྒྲ་ཞེས་སྟེལ་དགོས་པས། སའི་ངོ་བོ་སྟོན་  
 པར་འགྲོ། །གི་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་བཅད་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་ཡོད་ན་གིས་བཅད་  
 ཅེས་བྱེད་སྒྲ་དང་། ཆང་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་བཅད་ལྟ་བུ་དགོས་པའི་དོན་ཅན་གྱི་སྒྲ་ཡོད་ན་ཆང་  
 བཅད་ཞེས་དགོས་ཆེད་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་སྟོད་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཆུ་སྟོད་དུ་  
 ཡོད་ཅེས་རྟེན་གནས་དང་། ཤར་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་འགྲོ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཤར་ལ་འགྲོ་ཞེས་ལས་  
 བྱ་དང་། མཛོད་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་སྒྲར་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་མཛོད་ནས་སྒྲར་ཞེས་འབྱུང་ཁུངས་དང་།  
 བསྐྱབ་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་ལྟ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་བསྐྱབ་བྱའི་ལྟ་ཞེས་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། སྟོན་དུ་འབོད་  
 འོས་སུ་གནས་པ་ཡབ་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་གྱེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཡབ་གྱེ་ཞེས་བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་  
 སྒྲ་འཇུག་པ་སྟེ། འམ་ནི་པན་ཚུན་སྒྲུད་པའི་སྒྲ་ཡིན་ནོ།།

དེ་ལྟར་མིང་སྒྲ་མའི་བྲགས་ལས་ནམ་དཔེ་སོགས་དངོས་སུ་བྲངས་པར་མ་ཟད། བརྒྱད་  
 ནས་ཀྱང་བྲངས་པ་ཡོད་དེ། འོག་མའི་བྲགས་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ།།

གཉིས་པ་སྟངས་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། གཞན་ཡང་ཆོག་དོན་འོག་མ་ལས།། བསྐྱ་རྒྱ་  
 ཡོད་དམ་མེད་པ་དང་།། བོང་མ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། ནམ་གྲངས་དག་ཀྱང་བཞོད་པ་  
 ལས།། བསྐྱར་བ་ཡོད་དམ་མེད་པ་དང་།། བོ་སྒྲ་དག་ནི་མོ་སྒྲ་དག །མིང་གི་མཐའ་ན་ཡོད་མེད་  
 དང་།། རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་ནམས་ལ་ཡང་།། དོན་ལ་བསྟེགས་པ་ཡོད་མེད་དང་།། བསྟན་བྱ་ལྟག་  
 མ་ཡོད་མེད་དང་།། ཆོག་དོན་རྫོགས་དང་མ་རྫོགས་ཀྱིས།། དེ་དག་ནང་གསེས་ནམ་པར་  
 དཔེ། །ཞེས་པ་སྟེ། ནམ་དཔེ་བྲངས་པ་ལས་གཞན་ཡང་ཆོག་སྟངས་ནང་གསེས་ཀྱིས་འཇུག་  
 ཚུལ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ཆོག་དོན་འོག་མ་ལས་བོང་མ་བསྐྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ད་བར་ཞེས་པས་

སྒྲ་ནས་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ་དང་། གང་ཆེ་ཞེས་པས་དེ་ཆེ་འདྲན་པ་ལྟ་བུ་དང་། བསྐྱུ་རྒྱ་མེད་པ་དེ་  
རིང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། ཆོག་དོན་གྱི་རྣམ་གངས་སྤྱ་མ་བཞོད་པ་ལས། དོན་བསྐྱར་བ་ཡོད་པ།  
དཔེར་ན། དག་འཁོར་མགུ་ལ་རྩེས་སྤྱ་ཡི་རངས་ལྟ་བུ་དང་། དོན་བསྐྱར་བ་མེད་པ་ཟེ་ཞིང་ཉལ་  
ལ་གཉིད་དུ་ཡུར་ལྟ་བུ་ལོ། ཆོག་སྐྱར་བ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། མཁས་མཁས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།  
མེད་པ་མཁས་གྲུབ་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། མོ་སྤྱ་མིང་གི་མཐའ་ན་ཡོད་པས་བདག་སྤྱར་འགྱུར་བ་  
དཔེར་ན་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་དང་། མེད་པས་དེར་མི་འགྱུར་བ་ཆོང་ལྟ་བུ་ལོ། མོ་སྤྱ་མིང་གི་མཐའ་  
ན་ཡོད་པས་དག་ག་པའི་སྤྱར་འགྱུར་བ་ལྟ་མིན་ལྟ་བུ་དང་། མེད་པས་དེར་མི་འགྱུར་བ་ལྟ་ལྟ་  
བུ་ལོ། འདིར་བྱུང་དུ་གྱུར་པ་ནི། ཁ་ཅིག་རྣམ་པར། དེས་པར། རབ་ཏུ་ལྟ་བུའི་ཆོག་མཛེས་བྱེད་  
ཅམ་ལ་བཞེད་ཅིང་། ལ་ལས། གྲང་དང་། འང་དང་། ཡང་གསུམ་ལ་བཞེད་དོ། བྱི་མ་ལྟར་  
བྱས་ན། འདིར་བསྟེགས་པ་ནི་སྤྱད་པའི་དོན་དུ་བྱ་ལ། དེ་ལྟར་ན་དོན་ལ་བསྟེགས་པ་ནི་དཔེར་  
ན། བཅུན་པར་མ་ཟད། མཁས་གྲང་མཁས་ལྟ་བུ་དང་། མ་བསྟེགས་པ་ཆོག་ལ་མཁས་གྲང་དོན་  
ལ་ཆོངས་ལྟ་བུ་ལོ། བསྟན་བྱའི་ལྷག་མ་ཡོད་པ་གང་དུ་མེ་ཡོད་དེ་ལྟ་བུ་དང་། མེད་པ་བཟུ་གིས།  
དག་ལེགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། ཆོག་དོན་རྩོགས་པ་ནི་གསུངས་པ་ལ་མཛོན་པར་བསྟོད་དོ་ལྟ་བུ་  
དང་། མ་རྩོགས་པ་བསྟོད་ལྟ་བུ་ལོ། གྱིས་ཞེས་པ་ནི་བྱེད་པའི་སྤྱ་སྟེ། སྤྱ་མ་རྣམས་ལའང་སྤྱར་  
རྒྱ་ཡིན་ནོ། དེའི་ཚུལ་ནི། ཆོག་དོན་འོག་མ་ལས་གོང་མ་བསྐྱུ་རྒྱ་ཡོད་མེད་གྱིས་ནང་གསེས་  
རྣམ་པར་དབྱེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ།

བཞི་པ་སྤྱིའི་བྱིར་བཤད་པ་ལ། དངོས་དང་། ཞར་བྱང་ངོ་། དང་པོ་ནི། ཅི་བྱིར་འཇུག་  
པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཡི་གའི་ཁོངས་ནས་མིང་དབྱེད་སྟེ། མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆོག་བྱུང་ནས། ཆོག་  
གིས་དོན་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད། ཅས་པ་སྟེ། རྩེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་དགོས་པ་ཅིའི་བྱིར་  
དུ་གཏན་ལ་དབབ་ཅེ་ན། ཡི་གའི་ཁོངས་ནས་མིང་དང་། མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆོག་བྱུང་ཞིང་།

ཆོག་གིས་དོན་རྒྱུ་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཏེ། དོན་གོ་བར་ཟད་དོ།

གཉིས་པ་ལ། ཡི་གེ་སྤྱི་འདུག་པ་དང་། བསྟན་བཅས་བརྒྱུ་པའི་དགོས་  
པའོ། དང་པོ་ལ། དགོས་པ་ལྟོག་སྟོགས་ནས་སྤྲོད་པ་དང་། ཉིང་དགོས་ལྟོག་སྟོགས་ནས་  
བསྟན་པའོ། དང་པོ་ནི། མོ་ཡི་ཡི་གེ་མེད་པ་ན། མོ་ཡི་གེ་བཟོད་པ་མེད་པར་འགྱུར། མོ་  
ཡི་གེ་དེ་དག་རྒྱུ་པ་ལ་ཡང་། འཇུག་པར་བཅས་པ་མེད་ན་ནི། མིང་དང་ཆོག་གྲང་གསལ་མི་  
ཅུས། མིང་ཆོག་གསལ་བ་མེད་ན་ནི། དོན་རྒྱུ་སྤྲོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ཞེས་པ་སྟེ། གང་  
མོའི་ཡི་གེ་མེད་པར་གྱུར་པ་ན་རྒྱུ་ཐག་ཆད་པའི་མི་མང་བཞིན་པོ་ཡི་གེ་རྒྱུ་སྤྲོད་པ་བཟོད་  
པར་འགྱུར་ལ། མོ་ཡི་གེ་དེ་དག་རྒྱུ་པ་ལ་འདྲེས་སུ་འཇུག་པ་བཅུ་པོ་གང་རུང་མེད་ན་ནི་མིང་  
དང་ཆོག་གྲང་གསལ་མི་ཅུས་ཏེ། གང་ཡང་མིང་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པར་འཇུག་པ་སྟོན་མིང་། ཆོག་  
ཏུ་འགྱུར་བ་མིང་ཉིད་ལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། གྲང་གིས་མིང་གསལ་མི་ཅུས་པར་མ་ཟད་ཅེས་  
པའོ། དེས་ན་འདིས་གྲང་ཁ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེ་རེ་རེ་བ་རྒྱུ་པ་མིང་དུ་སྟོན་པ་ལེགས་པར་  
བཀག་པ་ཡིན་ནོ། གལ་ཏེ་མིང་ཆོག་གསལ་བ་མེད་ན་ནི་བཟོད་ཕྱིར་དོན་གང་ཡང་སྟོན་མི་  
ཅུས་པས། དེས་ན་བཟོད་དོན་གང་ཞིག་སྟོན་གྲང་སྤྱིར་པོ་མོ་དང་བྱད་པར་གཞི་འཇུག་གཉིས་  
ཀ་ཆོགས་དགོས་སོ། འོ་ན་མོ་ཡི་གེ་མེད་ན་པོ་ཡི་གེ་བཟོད་པར་མེད་ཅེས་གསུངས་པའི་པོ་མོའི་  
ཡི་གེ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་སི་ཏུ་སོགས་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་པོ་གསལ་བྱེད་དང་མོ་དབྱངས་ལ་  
བཞེད་པར་མཛད་ཅིང་། ལ་ལ་པོ་མིང་གཞི་དང་མོ་མེས་འཇུག་ལ་བཞེད་པ་དང་། གཞན་དག་  
པོ་གསལ་བྱེད་ཉིང་དགྲ་དང་མོ་ཨ་ཁོ་ནར་བཞེད་པ་སོགས་ཏེ། ལུགས་མང་བ་ལས། ཕྱོགས་  
དང་པོ་མི་འཐད་དེ། དབྱངས་གང་ཡང་མ་ཞུགས་གྲང་དོན་ཅི་ཡང་སྟོན་ཅུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
དཔེར་ན། དཀར་ནག་ལས་རྒྱུ་པ་བསམ་པ་བཟང་དན་ལགས། བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་  
ལམ་ཡང་བཟང་། ལྟ་བུའོ། དེས་ན་དབྱངས་མ་ཞུགས་པར་གསལ་བྱེད་བཟོད་པར་མེད་ན་ནི་

ཐུགས་ལེགས་སྒྱུར་ལ་ཡིན་གྱི། བོད་ཡིག་ལ་མིན་བས། གཅིག་ཏུ་བསྐྱེ་བར་མི་བྱའོ། ཐུགས་གཉིས་བ་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟར་ན་མོའི་ཡི་གེ་ཞེས་བ་དང་། འབྲུག་བར་བཅས་བ་ཞེས་བ་གཉིས་སྒྲོས་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ཐུགས་གསུམ་བས་ནི་ཨ་དབྱངས་སུ་བཞེད་བས། དེ་མི་འཐད་ཚུལ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི། འདིར་བསྟན་པོ་ཡིག་གསལ་བྱེད་ལ་བྱ་དགོས་བ་དེ་ལྟར་ཡང་། ཅིག་ཤོས་དབྱངས་ཡིག་དངོས་ལ་བྱེད་ན་ཅུང་མི་བདེ་བས། དེས་ན་གསལ་བྱེད་བཟོད་བའི་སྐབས་སྟེར་བའི་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱས་བ་ལ་བྱེད་ན་རིགས་སམ་སྟུང་སྟེ། གཟུར་གནས་མཁས་བ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱད་འཆལ་ལོ།

གཉིས་བ་ནི། དེ་ལྟར་གྱུར་ན་འདིག་རྟེན་དུ། རྟོན་མཆོན་བཟོད་བ་ཀྱན་གྱང་མེད། རིག་བྱེད་སྤྱོད་བའང་ཡོད་མི་འགྱུར། ཉན་ཐོས་རང་ཀྱལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། བསྐྱབ་བ་རྣམས་གྱང་མེད་བར་འགྱུར། ཞེས་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་མིང་ཆོག་མེད་བར་གྱུར་ན་ནི་སྤྱིར་འདིག་རྟེན་གསུམ་དུ་རྟོན་ཟབ་མོ་མཆོན་བའི་བཟོད་བ་ཀྱན་གྱང་མེད་བར་འགྱུར་ཞིང་། བྱད་བར་རིག་བྱེད་ཀྱིས་མཆོན་བའི་ལུང་གི་ཆོས་སྤྱོད་བའང་ཡོད་བར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་མེད་ན་དེར་ཐོས་བསམ་བསྐྱོམ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཉན་རང་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱབ་བ་རྣམས་གྱང་མེད་བར་འགྱུར་བས། དེས་ན་འདིག་རྟེན་དང་འདིག་རྟེན་ལས་འདས་བའི་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་ནི་ཡི་གེའི་སྒྱུར་བ་ལ་ལྟོས་བ་ཉིད་དོ།

གཉིས་བ་བསྟན་བཅོས་ཅོམ་བའི་དགོས་བ་ནི། རི་ལྟར་འདིག་རྟེན་སེམས་ཅན་རྣམས། ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་། གྲུབ་མཐའ་གཞན་ཡང་ཡོད་ན་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་མི་ཤེས་བཞིན། དེ་བཞིན་ཡི་གེའི་འབྲུག་ཚུལ་རྣམས། སྤྱོད་བ་ཀྱན་ལ་གནས་གྱུར་གྱང་། རང་ཚུལ་དེ་ཉིད་མི་ཤེས་བས། རྟོན་ལ་སྒྱུར་བ་ག་ལ་ཤེས། དེ་ཕྱིར་སྤྱོད་བའི་དབང་





གྲིས་དཀར་གནད་རྣམས་རྫོགས་པར་དཀོལ་བའི་ཁུལ་ལགས་སོ།། དེ་ལྟར་མཁས་པའི་གསུང་གི་ཟུར་རེ་ཟུང་ལ་དགག་བཞག་ཅུང་ཟད་བགྲིས་པའང་མ་གྲུས་པ་དང་ལྡང་ཞུགས་གྲིས་བྲས་པ་མིན་ལ། གསུང་དེ་རྣམས་ལེགས་བཤད་མིན་ནོ་ཞེས་བསྒྲུབས་པའང་མིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཁང་བཟང་ལྟ་བུར་དཔེར་མཚོན་ན། དེ་ལེགས་ཉེས་རིམ་ལྟར་ཡིན་པ་ནི་སྤྱི་ཁོག་ནས་ལྟ་དགོས་ཀྱི། རྫོང་པ་ལྟ་བུ་ཆ་ཤས་སྤྱོད་གཅིག་ཙམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་མིན་པ་ལྟར། ལེགས་བཤད་དང་ཉེས་བཤད་རིམ་ལྟར་ཡིན་པ་ཡང་སྤྱི་བབ་ནས་གཞལ་དགོས་ཀྱི། ཚིག་གི་ཟུར་རེ་ཟུང་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མིན་པའི་གནད་ཀྱིས་ཏེ། འདིའང་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་དོ།།

སྤྱི་བབ་། སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱུལ་པའི་གར་མཛད་པ།། སྲོང་བཙན་ཞེས་བྱའི་བཀའ་ཡི་མདུན་ན་འདོན།། འཇམ་མགོན་གཉིས་པ་ཐོན་མི་སམ་རྩོལ་ལོ།། སྤྱི་བབ་བཙན་ཆེ་དང་པའི་སྤྱི་ཁོང་གཡོས།། གང་དེས་སྤྱན་མེད་ཡི་གེའི་སྤྱུལ་གཏོད་ནས།། གངས་སྤྱོད་ས་འགྲོ་ལ་མིག་ཏུ་བྱེན་པ་ལས།། རིང་མོ་ཞིག་ཏུ་ཟུམ་པར་མ་གྱུར་མོད།། ད་ནི་ཉེ་བར་འགྲིབ་ལ་སྤྱོགས་པས་སྤྱོ།། ཡུལ་མི་རང་བཞིན་འདྲེ་ཡི་སྐད་འདྲ་བ།། རོམ་པའི་ཐོལ་གྲིས་གསུང་རབ་བརྟེན་དོན་རྣམས།། ཉམས་སུ་འཇུག་པའི་གདོང་ལྗེའི་ཁོག་ཞུགས་སྤིན།། ལོག་སྒྲོན་མཐུ་ལྡན་མང་ཞིག་འདི་ན་སྤང་།། ལེགས་ཉེས་སྒྲང་དོར་གནད་ལ་ལྟ་བའི་མིག་། མཁས་པའི་མདུན་སར་བཀའ་མཆིད་མོལ་ལ་ལྷགས།། སྤྱན་འཛེབས་ལེགས་བཤད་སྤེལ་ལ་ཉམ་བུ་ར།། ཡི་གེའི་སྤྱོད་པ་འདི་ལས་གཞན་ན་གང་།། དེ་སྤྱད་མཁས་པའི་གོ་སར་བསྐྱེགས་འདོད་ན།། ཐོག་མར་བརྟེན་སྤྱོད་གཞུང་ལ་སྤྱངས་པ་གཅེས།། གཞན་ཏུ་འཕྲོག་བྱེད་གཟུགས་སུ་རྫོམ་བཞིན་པར།། སྤྱི་ཁོང་རང་སྐད་འཆར་བའི་གནས་ཡོད་དོ།། ལྷུ་འདིར་འབད་ལས་བྱུང་བའི་ཉལ་འགྲོའི་རྒྱན།། བྱང་ཆེན་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱོད་ཏུ་སྤྱར་རྒྱུད་ནས།། རི་སྤྱོད་འཁོར་བ་སྤྱོད་མིན་དེ་སྤྱོད་བྱ།། མཐའ་ཁྲིམ་བསྐྱན་འགྲོའི་བཙས་སུ་གནས་པར་ཤོག་།།

དེ་ལྟར་སྤྲུལ་ཅུ་བ་དང་ཉག་ས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་འགྲེལ་ཆོག་དོན་རབ་གསལ་ཞེས་  
བྱ་བ་འདི་ཡང་ཀྱིན་བ་དགེ་སྤྱོད་ངག་དབང་ཕུན་ཆོག་ས་འཇམ་དཔལ་བསྟེན་པའི་སྒོ་བྲོས་ཞེས་  
བྱ་བས་རང་ལོ་བཅུ་ཕྲག་བཞི་དང་ཉག་མ་གཅིག་ལ་སོན་བ་ན་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་འབྲས་སྤྱངས་སྤྱ་  
སྤྱར་བ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།

བད་སྤྱོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ངག་གི་ཐིག་ལེ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

ན་མོ་གྲུ་རུ། ཡང་དག་ལམ་མཆོག་ཨ་མྱི་ཉས། ཉོན་ཤེས་བྲི་མ་ཀུན་སྤྱངས་ཏེ། དག་  
བ་མཐར་ཐུག་མངོན་མཛད་པའི། ལྷ་མ་ལྷ་ཡིས་དགེ་ལེགས་སྦྱོལ།

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་པ། གང་ལས་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་བུ། ལེགས་གསུང་  
སྤྱབ་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས། སྤྱིང་ལས་གཅིས་པའི་ཡུལ་མིན་ནས། འོན་ཀྱང་དེང་སང་  
མང་ཞིག་གིས། གོ་བདེར་བཏོན་པའི་ཐོལ་བྱས་ནས། སྤྱོད་ཆོག་འདྲེ་ཡི་སྐད་འདྲ་བ། ཁོ་  
ནས་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ། དེ་ཡི་རྒྱུན་གྱིས་སྤར་གྲགས་པའི། གསུང་རབ་བད་དོན་  
ཕུན་སྤྲུལ་ཆོག་ས། ལྷ་ཡི་སྐད་དང་འགྲན་བཟོད་པ། གང་དག་འཇམ་ལྟར་ཡལ་ལ་ཉེ། ཚུལ་  
དེས་སྤྱིང་ལ་མི་བཟོད་པའི། ལུག་རྩར་སྤྱར་ནས་གནའ་རབས་དང་། མཐུན་པའི་བསྟན་བཅོས་  
དཔེ་མཆོན་ཞིག །ངག་གི་ལམ་ནས་ལྷག་པོར་ཐལ།

དེ་ལྟར་ཤིས་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་གིས་བསྟན་བསྟུས་ཏེ། སྐབས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱ་བ་ནི་  
ལེགས་བཤད་སྒོན་པའི་དབང་པོ་སྟེ། དེས་ན་འདི་འཆད་པ་ལ་གསུམ། གྲུང་གི་དོན། གཞུང་གི་  
དོན། མཇུག་གི་དོན་ནོ།

དང་པོ་ནི། ལྷ་མ་མཆོག་དང་དབྱེར་མེད་པའི། འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་གྲུས་བརྟན་

ནས། ཞེས་པས་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། ཐོན་མིའི་ལེགས་བཤད་སྤྲུལ་ཅུ་པའི། སྤྱིང་པོ་  
མདོར་བསྡུས་བཤད་པར་བྱ། ཞེས་པས་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ་སྟེ། ཆོག་གི་དོན་རྣམས་ནི་  
གོ་སྤྲོད།

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་ཆོན་པ་ཉེར་གཅིག་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་དབྱངས་གསལ་  
ངོས་བརྩུང་བ་ནི། དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་རུ། བྱེད་པ་ཨི་ཁུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། གསལ་བྱེད་ཀ་  
སོགས་སྤྲུལ་ཅུ་ཡིན། ཞེས་པ་སྟེ། ལེགས་སྦྱར་ལ་དབྱངས་བརྩུག་དང་། གསལ་བྱེད་སོ་  
བཞི་ཡོད་མོད་ཀྱང་། འདིར་དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོར་བྱེད་པའི་ཨི་ཁུ་ཨེ་ཨོ་བཞིའི་མཆོན་  
དོན། གི་གྲ། ཞབས་གྲ། འབྲང་བྲ། ར་རོ་ཞེས་དང་། གསལ་བྱེད་ནི་ཀ་སོགས་སྤྲུལ་ཅུ་ཅམ་དུ་  
བསྡུས་པ་ཡི། ཞེས་པའོ།

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་དང་ཡང་འཇུག་ངོས་བརྩུང་བ་ནི། ག་ད་ན་བ་མ་ལ། ར་ལ་ས་  
རྣམས་རྗེས་འཇུག་བརྩུ། ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་སྟེ། ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། ས་ནི་  
ག་ད་བ་མར་འཛོལ། ཅེས་པ་སྟེ། ག་ད་སོགས་བརྩུ་ནི་མིང་གཞི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་  
པས་ན་རྗེས་འཇུག་ཅེས་བྱ་ལ། ད་ས་གཉིས་ནི་རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་པས་ན་ཡང་  
འཇུག་ཅེས་བྱའོ། འོ་ན་དེ་གཉིས་རྗེས་འཇུག་གང་དང་གང་ལ་ཐོབ་ཅེ་ན། ཡང་འཇུག་ད་ནི་ན་  
ར་ལ་གསུམ་ལ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། བསྐྱུན་ད། ལྷ་ད། སེལ་ད། ལྷ་བྱའོ། ཡང་འཇུག་ས་ནི་ག་  
ད་བ་མ་བཞི་ལ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། གཅིག་ས། གཅིང་ས། ལྷ་བྱས། ལྷ་བྱའོ།

གསུམ་པ་སྔོན་འཇུག་ངོས་བརྩུང་བ་ནི། ག་ད་བ་མ་འ་སྔོན་འཇུག་ ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་  
ནི་མིང་གཞི་ཅི་རིགས་པའི་སྔོན་དུ་འཇུག་པས་ན་སྔོན་འཇུག་ཅེས་བྱ་ལ། སྔོན་དུ་འཇུག་ཚུལ་  
ནི། དཔེར་ན། གྲ་སྤངས། དུ་བང་། བས་ལ། མད་ལ། འཇ་ལ། ལྷ་བྱའོ།

བཞི་པ་སྤྲུལ་བསྟུ་ནི། གོ་ངོ་དོན་བོ་མོ་འོ། རོ་ལོ་སོ་ཉོ་སྤྲུལ་བསྟུ་སྟེ། རྗེགས་ཆོག་

ཟླ་མུད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། དག་ཡོད་ཏོ་དང་མཐའ་མེད་ལོ། གཞན་ནམས་མིང་མཐའི་རྗེས་མཐུན་  
 སྒྲུལ། ཞེས་བ་སྟེ། གོ་ངོ་སོགས་བཅུ་གཅིག་ནི། སྒར་རྒྱས་པར་བཤད་པ་སྒྲར་བསྐྱ་བས་ན་  
 སྒར་བསྐྱ་ཞེས་བྲ་ལ། རང་གི་མཆོག་ཐོགས་སུ་ཆོག་ཟླ་གཞན་མུད་དེ་མི་འབྱུང་བར་བྲས་པས་  
 ཟླ་མུད་དང་། སྐབས་ཀྱི་དོན་རྫོགས་པར་བྲས་པས་རྫོགས་ཆོག་ཅེས་ཀྱང་བྲལོ། ཐོབ་ཐང་ནི།  
 སྒྲུང་དུ་ཏོ། ལྟ་བུ་དང་ཐག་གི་མཐར་ཏོ་དང་། འདིལོ། ལྟ་བུ་མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐར་ལོ་དང་། གཞན་  
 ནམས་ནི་སྒ་མའི་མིང་མཐའ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྒྲར་བ་སྟེ། དཔེར་མཆོན་ན། ཉག་གོ། བྲང་  
 རོ། ཡོད་དྲོ། ཡིན་ནོ། ཡིབ་བོ། ལམ་མོ། གསེར་རོ། འཆལ་ལོ། རྫོགས་སོ། ལྟ་བུལོ།

ལྟ་བུ་དོན་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་གསུམ་སྟེ། དང་པོ་ངོ་པོ་ངོས་བཟུང་བ་ནི། སྒར་རྒྱ་བྲ་ན་  
 ལ་བྲ། ལ་དོན་ནམ་བ་བདུན་ཡིན་ཏེ། ཞེས་བལོ། འདིའི་དོན་ནི། སྒ་དང་ར་དང་བྲ་དང་བྲ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཐུང་ནམ་བ་བདུན་ནི་ལ་དང་དོན་འབྲ་བས་ན་ལ་དོན་ཏེ། འབྲ་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
 ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཞེས་བ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཞེས་བ་གཉིས་དོན་འབྲ་ཞིང་། ལྟོར་ཞེས་བ་དང་།  
 ལྟོ་ལ་ཞེས་བ་གཉིས་དོན་འབྲ་བ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་བ་འཇུག་ཡུལ་བསྐྱན་བ་ནི། ནམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཆེ་  
 སྐབས་ནམས་ལ་འཇུག །ཅེས་བལོ། སྒྲིར་ནམ་དབྱེ་ལ་བདུན་ཏེ། དང་པོ་ངོ་པོ་ཅམ་སྟོན་ལ།  
 གཉིས་བ་ལས་སུ་བྲ་བ། གསུམ་བ་བྱེད་སྒྲ། བཞི་བ་དགོས་ཆེད། ལྟ་བུ་འབྱུང་ཁུངས། རྒྱག་པ་  
 འབྲེལ་སྒྲ། བདུན་བ་རྟེན་གནས་སོ། འོ་ན་ཡུལ་ལྟ་ལ་རི་ལྟར་འཇུག་ཅེན། དེའི་ཚུལ་ནི། ཤར་  
 ཕྱོགས་སུ་འགོ་ལྟ་བུ་ནམ་དབྱེ་གཉིས་བ་ལས་བྲ། སྐབས་སུ་བསྐྱེན་ལྟ་བུ་བཞི་བ་དགོས་ཆེད།  
 གཡས་སུ་ཡོད་ལྟ་བུ་བདུན་བ་རྟེན་གནས། སེམས་སུ་བསམས་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད། ཆས་སུ་རན་ལྟ་  
 བུ་ཆེ་སྐབས་ཏེ། ར་དང་བྲ་སོགས་ལ་ལས་བྲ་དང་། དགོས་ཆེད་སོགས་རི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་  
 ཡང་འདིས་དཔགས་ནས་ཞེས་པར་བྲལོ།

གསུམ་པ་ཐོབ་ཐང་བསྟན་པ་ནི། ས་སུ་ག་བ་དག་མཐར་དུ། ང་ད་ན་མ་ར་ལ་  
དུ། འ་དང་མཐའ་མེད་ར་དང་དུ། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་གང་དང་གང་ལ་འཛོལ་ཅེ་ན། དེ་ཡང་  
ས་མཐར་སུ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། གཡས་སུ་ལྟ་བུའོ། ། ག་དང་བ་དང་ད་དག་གསུམ་གྱི་མཐར་  
དུ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། ཉག་དུ། རྒྱ་དུ། རྩན་དུ་ལྟ་བུའོ། ། ང་ད་སོགས་དུག་གི་མཐར་དུ་  
འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། ཉན་དུ། རྩན་དུ། གཡོན་དུ། ལམ་དུ། ཤར་དུ། མལ་དུ་ལྟ་བུའོ། ། འེ་  
མཐར་ར་དང་དུ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། མདའ་དུ། མདུག་དུ། ལྟ་བུའོ། ། མཐའ་མེད་ལའང་  
ར་དང་དུ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། བདུག་དུ། ལྟ་བུའོ། ། ལ་དོན་རྣམས་པ་བདུན་པོ་རེ་རེ་བཞིན་  
ལས་བྱ་སོགས་ལྟ་ལ་རྗེ་ལྟར་འབྲུག་ཚུལ་ཆེས་གསལ་བར་སུམ་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་བར་བྲིས་  
ཡོད་པས་ཞེས་པར་འདོད་ན་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ། །

དུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་ནི། གི་གི་གི་འི་ཡི་ལྟ་བུ། རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། ཞེས་  
པ་སྟེ། ལྟ་བུ་དེས་བྱུང་གཞི་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྟོན་པས་ན་འབྲེལ་སྒྲ་ཞེས་བྱའོ། །

བདུན་པ་བྱེད་སྒྲ་བསྟན་པ་ནི། དེ་རྣམས་ས་མཐའ་ཅན་ལྟ་བུ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་  
བྱེད་སྒྲ་སྟེ། ཞེས་སོ། ། ལྟ་མ་ལྟ་ལས་ས་མཐར་སྐྱར་བ་གིས་སོགས་ལྟ་བུ། བྱེད་པ་པོ་སྟོན་  
པའི་སྒྲ་ཡིན་པས་ན་བྱེད་སྒྲ་བྱའོ། ། ལྟ་བུ་གང་དང་གང་ལ་སྦྱོར་སྟུང་ན། སྦྱོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་  
གྱི། ད་བ་ས་གྱི་གང་གི། འ་དང་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི། ཞེས་པ་སྟེ། ར་མ་སོགས་བཞིའི་མཐར་  
གྱི་སྦྱོར་སྟེ། དཔེར་ན། གཡོན་གྱི་རི། ལམ་གྱི་འགྲམ། གསེར་གྱི་རི། བལ་གྱི་སྒོ་དུ་ལྟ་བུའོ། ། ད་  
བ་ས་གསུམ་གྱི་མཐར་གྱི་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁྱི་དུ་ཁྱི་མིག་རྒྱུ་གྱི་ཕྱོགས། གོས་གྱི་སྒྲ་ལྟ་  
བུའོ། ། འ་མཐར་འི་དང་ཡི་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། མཐའ་འི་མི། མཐའ་ཡི་ལམ་ལྟ་བུའོ། ། མཐའ་  
མེད་ལའང་དེ་གཉིས་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། པའི་བྱ། མ་ཡི་བྱ་ལྟ་བུའོ། ། གལ་ཏེ་དོན་ལ་པའི་  
ཞེས་མཐའ་རྟེན་དུ་འཛོལ་ཅིང་། འབྲི་སྟོལ་ཡང་ཡོད་པས། མཐའ་མེད་མིན་ནོ་སྟུང་ན། བདེན་

མོད། འོན་ཏེ་སྐད་གསར་བཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡིག་གཟུགས་ལ་བ་ཞེས་ཅམ་ལས་འབྲི་སློལ་མེད་  
 བས་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་མཐའ་མེད་ཅེས་མིང་འདོགས་བ་ཅམ་ཡིན་གྱི། དོན་ལ་མཐའ་མེད་  
 མིན་ཏེ། འདི་ཕྱིས་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། ས་སྦྱར་མི་སྦྱར་ཅམ་ལས་བྱེད་འབྲེལ་གཉིས་ཐོབ་  
 ཐང་འབྲ་བས། སྦྱར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱིས། ད་བ་ས་གྱིས་ག་ང་གིས། འ་དང་མཐའ་མེད་འིས་  
 དང་ཡིས། ཞེས་སྦྱར་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྤྲུ་གྱིས་གསོས། ལྷ་སྤྲུ་གྱིས་བྲན། གསེར་གྱིས་  
 བསྐྱན། བལ་གྱིས་བཟོས་ལྟ་བུ་དང་། ཁྲོད་གྱིས་མཐོང་། རྒྱབ་གྱིས་བྱིན། སེམས་གྱིས་བྲན་ལྟ་  
 བུ་དང་། རྒྱག་གིས་མནན། རྒྱུ་གིས་ཤེས་ལྟ་བུ་དང་། མདའ་འིས་བསྐྱན། མདའ་ཡིས་བསད།  
 བད་འིས་བསྐྱན། བ་ཡིས་གསོས། ལྟ་བུ་འོ།

བརྒྱད་པ་རྒྱན་སྤྱད་ནི། གྲང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྤྱད་དེ། ག་ད་བ་ས་བྲག་མཐར་  
 གྲང་། ང་ན་མ་ར་ལ་མཐར་ཡང་། འ་དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། ཞེས་བ་སྟེ། གྲང་ཡང་  
 འང་གསུམ་ནི་ཆོག་གི་རྒྱན་དང་སྤྱད་པའི་སྤྲུ་ཡིན་པས་ན་རྒྱན་སྤྱད་ཅེས་བྲ་ལ། རྗེས་འཇུག་  
 གང་དང་གང་ལ་སྦྱར་སྟམ་ན། ག་ད་སོགས་ལྟའི་མཐར་གྲང་སྦྱར་ཏེ། དཔེར་ན། བཀག་གྲང་  
 འོད། བཅད་གྲང་སྟེ། རྒྱབ་གྲང་འཛོམ། ཤེས་གྲང་སྟོབ། འཛིན་གྲང་བརྗེད། ལྟ་བུ་འོ། ང་ན་  
 སོགས་ལྟའི་མཐར་ཡང་སྦྱར་ཏེ། དཔེར་ན། གང་ཡང་ཤེས། བན་ཡང་སོགས། ལམ་ཡང་མཐོང་།  
 གང་ཡང་འགྲོ་རལ་ཡང་བཅོམ། ལྟ་བུ་འོ། འ་མཐར་འང་དང་ཡང་སྦྱར་ཏེ། དཔེར་ན། མདའ་  
 འང་འཕངས། མདའ་ཡང་འཕངས། ལྟ་བུ་དང་། མཐའ་མེད་ལའང་དེ་གཉིས་སྦྱར་ཏེ། དཔེར་ན།  
 སྤྲུ་འང་སོས། སྤྲུ་ཡང་སོས། ལྟ་བུ་འོ། འདིར་ཆོག་རྒྱན་གཉིས་དང་། སྤྱད་པ་བཅས་སོ་སོར་བྱེད་  
 བ་གནད་ཆེ་བས། ཁྲོགས་ཅམ་བརྗོད་ན། མེ་ཡང་འོ། ཞེས་པའི་ཡང་གིས་བས་གྲང་ཞིམ་ལྟ་བུ་  
 སྤྱད་པས། སྤྲུ་མའི་ཡང་ནི་སྤྱད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། ཆོག་གི་རྒྱན་མ་ཡིན། མཁས་གྲང་དུ་ལ། ལྟ་  
 བུའི་གྲང་ནི་ཆོག་གི་རྒྱན་ཡིན་གྱི། སྤྱད་པའི་སྤྲུ་མ་ཡིན། སྤྲུ་ཡང་མཐོབ། ལྟ་བུ་ནི། དེ་གཉིས་



ཀ་ཡིན་ནོ། མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱལ་ལ་བཞེད་སྟོལ་གཉིས་ཏེ། མཁས་ཀྱང་མཁས་ལྟ་བུ་ཆོག་སྟེ།  
ཕྱི་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། འོན་ཏེ་ཕྱི་མཐུན་པས་མི་ཆོག་ཅེས་བཞེད་པ་དང་། ཡང་མཁས་  
ཀྱང་དུལ་ལྟ་བུ་འོན་ཏེ་ཕྱི་མཐུན་ན་འགྲིག་གི་ཆོག་སྟེ་ཕྱི་མཐུན་པ་མི་དགོས་བཞེད་པའི་ཚུགས་  
གཉིས་བྱུང་བ་ལས། རང་གི་ལུགས་ནི་ཕྱི་མ་ལྟར་རོ། འདིར་རྗེས་འཇུག་བཅུ་དང་། མཐའ་  
མེད་བཅས་བཅུ་གཉིས་སོ་རེ་རེ་ལའང་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱལ། མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱལ། སྤྱད་  
པ་བཅས་གསུམ་གསུམ་རྗེ་ལྟར་སྦྱོར་ཚུལ་རིགས་པས་བརྟགས་ནས་ཤེས་པར་བྱའི། ཡིག་  
ཆོག་ལ་འདིགས་ནས་མ་བྲིས་སོ།

དགུ་པ་ལྟག་བཅས་ནི། རྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་ལྟག་བཅས་ཏེ། ར་ར་ལ་ས་དག་མཐར་  
ཏེ། ད་དེ་ག་ང་བ་མ་ལ། མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཛོལ། ཅེས་སོ། འོན་ནི་རྟེ་ཏེ་དེ་  
གསུམ་ནི་ལྟག་མ་འཇེན་པའི་སྤང་ཡིན་པས་ན་ལྟག་བཅས་ཀྱི་སྐྱ་ཞེས་བྲ་ལ། རོབ་ཐང་ནི། ར་ར་  
སོགས་ལྟེ་མཐར་ཏེ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། ཡིན་ཏེ། འཇུར་ཏེ། གསལ་ཏེ། ཤེས་ཏེ། བྱུང་དུ་ཏེ།  
ལྟ་བུའོ། ད་མཐར་དེ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། མེད་དེ་ལྟ་བུའོ། ག་ང་སོགས་ལྟེ་མཐར་སྟེ་འཛོལ་  
སྟེ། དཔེར་ན། ཉག་སྟེ། གསང་སྟེ། ཡིབ་སྟེ། ལམ་སྟེ། མངའ་སྟེ། ལྟ་བུ་དང་། མཐའ་མེད་ལའང་  
སྟེ་འཛོལ་སྟེ། དཔེར་ན། སྐྱ་སྟེ། ལྟ་བུའོ།

བཅུ་པ་འབྲེད་སྤྱད་ནི། གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ། རམ་ལམ་སམ་ཏམ་འབྲེད་  
སྤྱད་དེ། སྦྱོར་ཚུལ་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐབས་དང་མཚུངས། ཞེས་པ་སྟེ། གམ་ངམ་སོགས་སྤྱད་བཅུ་  
གཅིག་སོ་དེ་དག་ནི་འོན་སོ་སོར་འབྲེད་པ་དང་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་ཅི་རིགས་ལ་འཇུག་པས་ན་  
འབྲེད་སྤྱད་ཀྱི་སྐྱ་ཞེས་བྲ་ལ། སྦྱོར་ཚུལ་ནི། སྤྱད་བཤའ་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐབས་དང་མཚུངས་  
པ་སྟེ། རྗེ་ལྟར་ན། དག་ཡོད་ཏམ་དང་མཐའ་མེད་འམ། གཞན་རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་མཐུན་  
སྤྱད། ཞེས་བྲ་བས་སོ། དེ་ཡང་འབྲེད་པ་ནི། གཅིག་ལས་མང་སོར་འབྲེད་པ་སྟེ། དཔེར་

མཆོན་ན། སྤང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཞུགས་སམ། ཆོར་བཤམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་  
བར་ཤེས་བཤོ། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། འདིས་དབྱེ་གཞི་སྤང་པོ་གཅིག་ལས་དབྱེ་ཆོས་དུ་མར་  
འབྱེད་བས་ན་འབྱེད་བའི་སྐྱ་ཞེས་བུའོ། འདིའི་སམ་དང་འམ་ལ་སོགས་བ་ནི། དང་སྐྱ་དང་  
འདུག་བ་མཚུངས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་བའི་འགྲེལ་བ་ལས། འམ་ནི་དང་གི་དོན་ནོ། ཞེས་  
གསུངས་བ་ལྟར་རོ། སྤྱད་བ་ནི། མང་པོ་གཅིག་དུ་སྤྱད་བ་སྟེ། དཔེར་ན། གཞུགས་སམ། ཆོར་  
བཤམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་བར་ཤེས་བ་ནི། སྤང་པོའོ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེའི་  
ཆོ་སམ་དང་འམ་ལ་སོགས་བས་དབྱེ་ཆོས་ཐ་དད་བ་རྣམས་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ཉིད་དུ་སྤྱད་བས་  
སོ། འདིར་ཡང་གཞུགས་སམ། ཆོར་བཤམ་ཞེས་བ་སོགས་ནི་གཞུགས་དང་། ཆོར་བ་དང་།  
ཞེས་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་གོ་དགོས་སོ། འོ་ན་སྦྱོར་ཚུལ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དག་མཐར་ཏམ་སྦྱོར་བ་  
ནི། དཔེར་ན། སྤྱར་དུ་ལྟ་ལྟ་སྟེ། མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐར་འམ་སྦྱོར་བ་ནི། དཔེར་ན། འདི་འམ།  
ལྟ་བུའོ། གཞན་རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་མཐུན་སྦྱོར་ཚུལ་ནི། ཏག་གམ། སྤང་དམ། ཡོད་དམ།  
གཡབ་བམ། ལམ་མམ། གདའ་འམ། དབྱར་དམ། གསལ་ལམ། སེམས་སམ། ལྟ་བུའོ།

བཅུ་གཅིག་བ་ཀང་བ་སྐྱོང་མི་སྐྱོང་གི་དབྱེ་བ་སྟན་བ་ནི། ར་རུ་འི་ཡི་འང་ཡང་  
རྣམས། ཀང་བ་མི་སྐྱོང་སྐྱོང་བའི་བྱད། ཅེས་བ་སྟེ། ལ་དོན་ཀྱི་ར་རུ་གཉིས། འབྲེལ་སྐྱའི་འི་ཡི་  
གཉིས། རུན་སྤྱད་ཀྱི་འང་ཡང་གཉིས་བཅས་ནི་ཀང་བ་མི་སྐྱོང་བ་དང་སྐྱོང་བའི་བྱད་ཅམ་སྟེ། དེ་  
ཡང་གཞི་ལ་སྦྱར་ན། སུམ་བར་སྐྱུག་ཅེས་བའི་ར་སྐྱ་ནི་ཀང་བ་མི་སྐྱོང་བ་དང་། སུམ་བ་རུ་སྐྱུག་  
ཅེས་བའི་རུ་སྐྱ་ནི་ཀང་བ་སྐྱོང་བ་ཡིན་ནོ། དེའི་རུ་མཆོན་ནི། སྤྱ་མའི་ར་སྐྱ་ཀང་གངས་སུ་མི་ཐེ་  
བས་ཆོག་གི་ཀང་བར་ཁ་མི་སྐྱོང་བ་ཞེས་ལ། སྤྱི་མའི་རུ་སྐྱ་ཚུལ་དེ་ལས་ཐོག་བས་ཀང་བ་སྐྱོང་  
བ་ཞེས་བུའོ། མདོར་ན་སྐྱོང་མི་སྐྱོང་ནི་ཀང་གངས་སུ་ཁ་སྐྱོང་མི་སྐྱོང་གི་དོན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་  
སུམ་བའི་མཚུ། ཞེས་བ་ཀང་བ་མི་སྐྱོང་བ་དང་། སུམ་བ་ཡི་མཚུ། ཞེས་བ་ཀང་བ་སྐྱོང་བ་ཡིན་

ཡ། རྩམ་བཤང་བསྐྱུན། ཞེས་བ་ཀང་བ་མི་སྐྱོང་བ་དང་། རྩམ་བ་ཡང་བསྐྱུན། ཞེས་བ་ཀང་བ་  
སྐྱོང་བ་སྟེ། སྤར་བཞིན་ནོ། ། ཡང་གཞུང་ལས། འོ་ཕྱ་ལམ་གྱི་གོང་དུ་ཆེག་མེད་དང་ཡོད་པ་ལང་  
དེ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་པའི་དོན་ནི། འོ་ཕྱ་ལམ་གསུམ་སོ་སོའི་གོང་དུ་ཆེག་མེད་པ་ནི་ཀང་བ་མི་  
སྐྱོང་བ་དྲང་། ཆེག་ཡོད་པ་ནི་སྐྱོང་བ་སྟེ། སྤར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་པའོ། ། འོའི་གོང་  
དུ་ཆེག་མེད་པ་ནི། དཔེར་ན། སྤོ། ། ལྷ་བྱ་སྟེ། མིང་གཞི་སྒྲ་དང་ཕྱད་འོ་གཉིས་གྱི་བར་ན་ཆེག་  
མེད་པས་སོ། ། འོའི་གོང་ན་ཆེག་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། སྤོ་འོ་ལྷ་བྱ་སྟེ། རྒྱུ་མཆན་སྤྲ་མ་ལས་  
ཐོག་པས་སོ། ། ཕྱ་ཞེས་པའི་གོང་ན་ཆེག་མེད་པ་ནི། རྟེན་ལྷ་བྱ་དང་། ཡོད་པ་ནི། རྟེན་ལྷ་  
བྱའོ། ། ལམ་གྱི་གོང་དུ་ཆེག་མེད་པ་ནི། མི་ལམ། ལྷ་བྱ་དང་། ཡོད་པ་ནི། མི་ལམ། ལྷ་བྱའོ། ། འདི་  
ནམས་གཙོ་ཆེར་ཆེགས་བཅད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པས་ཕྱོགས་ཅམ་བརྗོད་ན། མྱིང་ནི་ནམ་བཞིའོ་  
མྱིང་ཕན་བརྒྱད། རབ་བྱང་བདེ་འོ་བྱིས་པ་མིན། བྱ་བྱེ་ཕྱིང་ཅེར་སྐད་སྣན་སྟོན་གྱི། བྱ་དང་བྱེ་  
ཕྱ་མྱིང་ཞིང་ཅེ། ལྷ་མའམ་པ་མ་གོང་དུ་བཀྱར། ལྷ་ལམ་ཡང་ན་མི་ཡང་རུང་། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་  
སྟེ། དེ་དག་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ཀང་བ་མི་སྐྱོང་བ་དང་། བྱེ་མ་བྱེ་མ་ཀང་བ་སྐྱོང་བའི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །

བརྩ་གཉིས་པ་འབྱུང་ཁྱད་ས་མོགས་བསྟན་པ་ནི། ཉམས་ལས་འབྱུང་ཁྱད་ས་དགར་སྤྱད་  
དེ། འབྱུང་ཁྱད་ས་དངོས་ལ་གང་སྤྱད་འབྱས། རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས། སྤྱད་  
ལ་ནས་སྤྱ་ཁོ་ན་འཇུག །ཅིས་པ་སྟེ། དོན་ནི་ནས་ལས་ཀྱི་སྤྱ་གང་ལ་འཇུག་ན། སྤྱིར་འབྱུང་  
ཁྱད་ས་དང་། དགར་བ་དང་། སྤྱད་པ་བཅས་གསུམ་ལ་འཇུག་ཅིང་། ཁྱད་པར་དགར་བ་ལ་  
གཉིས་ཡོད་པའི་རིགས་མཐུན་དགར་བ་ལ་ནས་སྤྱ་དང་། རིགས་མི་མཐུན་དགར་བ་ལ་ལས་  
སྤྱ་སྤྱད་ན་འཆམ་ཞིང་། འབྱུང་ཁྱད་ས་དངོས་ལ་ནི་དེ་གཉིས་གང་སྤྱད་ཡང་འབྱས་ལ། སྤྱད་པ་  
ལ་ནི་ནས་སྤྱ་ཁོ་ན་ལས་ཅིག་ཤོས་མི་འཇུག་གོ །འོ་ན་འབྱུང་ཁྱད་ས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་རི་ལྟ་  
ཞེ་ན། དེ་ནི། ས་ལས་ཤིང་སྟེ། ས་ནས་ཤིང་སྟེ། ལྟ་བུའོ། །འདིའི་ལས་དང་ནས་ཀྱི་སྤྱས་ཤིང་།

གང་ལས་འབྱུང་བའི་ཁྱད་སྒྲིག་པས་ན་འབྱུང་ཁྱད་སྒྲིག་གི་སྒྲུ་ཞེས་བྱའོ། རིགས་མཐུན་དགར་  
བཞི། མིའི་ནང་ནུས་པ་མ་ཐེན་ཆེ། ལྟ་བུ་སྟེ། དགར་གཞི་དང་དགར་ཆོས་རིགས་མཐུན་པས་  
ན་ནུས་སྒྲུ་དེ་ལ་རིགས་མཐུན་དགར་བ་ཞེས་བྱའོ། མི་མཐུན་དགར་བ་ནི། མི་ཡུལ་ལས་ལྟ་  
ཡུལ་སྟེད། ལྟ་བུ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་སྤྲ་མ་ལས་སྟོན་པས་ན་ལས་སྒྲུ་དེ་ལ་རིགས་མི་མཐུན་དགར་  
བ་ཞེས་བྱའོ། སྤྱད་པ་ལ། བརྒྱ་ནས་སྟོང་བར་ལྟ་བུ་གངས་སྤྱད་པ་དང་། ཤར་ནུས་ལུས་བར་  
ལྟ་བུ་སྟོན་སྤྱད་པ་སོགས་མང་ངོ། འདིར་སྤྱད་པ་ལ་ལས་སྒྲུ་མི་འཇུག་པར་གསུངས་པ་ནི་  
འཐད་པ་མིན་ཏེ། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས། དགར་དང་སྤྱད་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། ཞེས་ནུས་  
ལས་གཉིས་ལ་ཐུན་མོང་དུ་གསུངས་པས། ལས་ཀྱིས་སྤྱད་ཚུལ་ཞིག་གྲང་གཞག་དགོས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། འོ་ན་དེའི་ཚུལ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདི་སྒྲོར་ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བ་སུམ་ཅུགས་ཀྱི་འགྲེལ་བར་  
བྲིས་ཡོད་པས། ཤེས་པར་འདོད་ན་དེར་ལྟོ།

བཅུ་གསུམ་པ་བོད་སྒྲུ་བསྟན་པ་ནི། གྲེ་དང་ཀྱ་ཡེ་བོད་སྒྲུ་སྟེ། བལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་  
མར་སྒྲུར། ཞེས་བའོ། དེ་ཡང་གྲེ་ཆུ་མ། ཀྱ་ཡེ་སྟོན་པ་ལོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་འབོད་པ་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་ཐད་ཡིན་པས་བོད་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་ལ། ཡུལ་གོང་མར་བོད་པའི་ཆེ་གྲེ་དང་། མཉམ་པ་དང་  
འོག་མ་ལ་བོད་པའི་ཆེ་ཀྱ་ཡེ་སྒྲུར་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། བལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་མར་སྒྲུར་དགོས་  
ཀྱང་། བར་དང་འོག་ཏུ་སྒྲུར་མི་རུང་བ་མིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྒྲུ་དབྱངས་མ་གྱི་སྟོབས་པ་སྟོལ། ལྟ་  
བུ་བར་དུ་སྒྲུར་བ་དང་། དེའི་སྒྲུ་བ་སྟོལ་ཅིག་ཆུ་བཞིན་གྱི། ལྟ་བུ་ཐ་མར་ཡང་སྒྲུར་རུང་བའི་  
ཕྱིར་རོ།

བཅུ་བཞི་པ་ནི་སྒྲུའི་འཇུག་པ་བསྟན་པ་ནི། བྱི་ནི་དགར་དང་བཞན་པའི་སྒྲུ། ཞེས་པ་  
སྟེ། བྱི་སྒྲུ་གང་ལ་འཇུག་ན། དགར་བ་དང་། བཞན་པ་ལ་འཇུག་ཅེས་བའོ། དེ་ཡང་། དགར་བ་  
ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། ཁྱོད་ནི་ཤིན་ཏུ་མཁས་ལྟ་བུ་སྟེ། དེས་གཞན་ལས་འོགས་སུ་དགར་

ཏེ་བསྐྱགས་པས་ན། དགར་བའི་སྐྱ་ཞེས་བྱའོ། བསྐྱན་པ་ནི། དཔེར་ན། རྩོ་རིག་ནི་གསལ།  
གཤེས་རྒྱད་ནི་བཟང་། བན་སེམས་ནི་ཆེ་ལྟ་བུ་སྟེ། བྱི་སྐྱ་སྐྱ་བྱི་གཞི་གཅིག་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་མ་  
བསྐྱན་ནས་བརྗོད་པས་ན། བསྐྱན་པའི་སྐྱ་ཞེས་བྱའོ། དེས་ན་བཙན་པ་ཞེས་གྲང་བྱང་མོད་ཀྱི།  
བསྐྱན་པ་ལ་བྱེད་ན་ཁྲབ་ཆེ་ཞིང་། གོ་བདེའོ།

བཙེ་ལྟ་པ་དང་སྐྱ་བསྐྱན་པ་ནི། དང་ནི་སྤྱད་འབྱེད་རྒྱ་མཚན་དང་། ཆོ་སྐྱབས་གདམས་  
དག་ལྟ་ལ་འཇུག །ཅེས་པ་ནི། དང་སྐྱ་གང་ལ་འཇུག་ན། སྤྱད་འབྱེད་སོགས་ཡུལ་ལྟ་ལོ། དེ་  
ཡང་སྤྱད་པ་ནི། གཞུགས་དྲུང་། ཆོར་བ་དྲུང་། འདུ་ཤེས་དྲུང་། འདུ་བྱེད་དྲུང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ནི་ཕྱང་པོའོ། ལྟ་བུ་སྟེ། དང་གི་སྐྱ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེ་གཞི་ཕྱང་པོ་གཅིག་ཉིད་དུ་སྤྱད་པས་སོ།

འབྱེད་པ་ནི། ཕྱང་པོ་ལ་ལྟ་སྟེ། གཞུགས་དྲུང་། ཆོར་བ་དྲུང་། འདུ་ཤེས་དྲུང་། འདུ་  
བྱེད་དྲུང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། ལྟ་བུ་སྟེ། དང་སྐྱ་བྱིས་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ཉིད་ལས་དབྱེ་ཆོས་དུ་  
མར་འབྱེད་པས་སོ། རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཁ་ཅིག་དུ་བ་མཐོང་བ་དང་མེ་ཡོད་པར་ཤེས་  
ཞེས་པ་འདིའི་དཔེར་བྱེད་པ་མི་འཐད་དེ། དང་གི་སྐྱ་དེས་མེ་ཡོད་པར་ཤེས་པའི་དུས་བསྐྱན་གྱི།  
མེ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་མ་བསྐྱན་པའི་བྱིར། དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི། དེ་ལྟ་ཡིན་དང་། ཞེས་  
པ་ལ་བྱ་བར་རིགས་ཏེ། ཅིའི་བྱིར་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་དང་། ཞེས་པའི་དང་སྐྱ་དང་། དེ་ལྟ་ཡིན་ན།  
ཞེས་པའི་ན་སྐྱ་གཉིས་དོན་འདྲ་ལ། བྱ་སྐྱ་དེས་རྒྱ་མཚན་སྟོན་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་སྟོན་འདི་  
དང་འདི་འཇུག་ཅེས་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་འཕངས་པས་ཏེ། སྟོས་པས་ཆོག་གོ །དང་སྐྱ་རྒྱ་  
མཚན་ལ་རི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་འདི་ནི། གཞན་གྱིས་མ་དགོངས་པར་འདུག་པས་དེས་པར་བྱའོ།

ཆོ་སྐྱབས་ནི། བལྟས་པ་དང་མཐོང་། ལྟ་བུ་སྟེ། དུས་ནམ་གྱི་ཆོའམ་སྐྱབས་གང་  
དུ་མཐོང་བའི་དུས་བསྐྱན་པས་སོ། བཅུ་དྲུག་པ་དེ་སྐྱ་བསྐྱན་པ་ནི། མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྐྱ་  
ནི། ཐ་སྤྱད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་གཉིས་ལ་འཇུག །ཅེས་པ་སྟེ།

མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྐྱ་དེ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ནི། གང་ལ་འཇུག་ན་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། ཆམ་  
གངས་གཞན་ཅན་སོགས་ཡུལ་དགུ་ལ་འཇུག །ཅེས་པའོ།། དགུ་ནི། སུམ་ཅུ་པ་ལས། ཐ་སྙད་  
དབང་དུ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་རུ་འགྱུར། དུས་ཀྱི་དབང་དུ་གཉིས་ཡིན་  
ནོ།། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། དེ་ལ་དང་པོ་གསུམ་ནི། ཐ་སྙད་འདས་པ། ཆམ་གངས་གཞན་ཅན།  
ལྷག་མ་དང་བཅས་པའོ།། བར་པ་བཞི་ནི། བདག་གི་དངོས་པོ། གཞན་གྱི་དངོས་པོ། བདེན་པའི་  
དངོས་པོ། གསང་བའི་དངོས་པོའོ།། ཐ་མ་གཉིས་ནི། འདས་པའི་དུས་དང་། མ་འོངས་པའི་དུས་  
སོ།། འདི་དག་གི་ངོས་འཛིན་དང་མཐའ་གཅིད་སོགས་རྒྱས་པར་སུམ་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་  
བཤད་ཅིན་ཏོ། དེས་ན་དེ་ཞེས་པ་ནི་ཡུལ་དགུ་ལ་འཇུག་པས། ཆམ་གངས་གཞན་ཅན་གཉིས་  
ལ་འཇུག །ཅེས་པ་ནི་མ་དག་པར་གསལ་ལོ།།

བརྩ་བདུན་པ་སྤྱི་སྐྱ་བསྟན་པ་ནི། ཅི་རི་སུ་གང་སྤྱི་སྐྱ་སྟེ། ཞིག་སྟེ་སྤྱང་འབྲུ་ཕྱིར་ལ་  
ཅི། སྟེད་སྟེད་ལྟར་བཞིན་སྐད་ལ་རི། སུ་ནི་གང་ཟག་གང་ཀུན་ལའོ། ཞེས་པ་སྟེ། ཅི་སོགས་  
བཞི་ནི་ཆོས་སྤྱི་ལ་འཇུག་པས་ན་སྤྱི་སྐྱ་ཞེས་བྲ་ལ། ཆོག་ཆེ་ཞིག་དང་། སྟེ་དང་། སྤྱད་དང་།  
འབྲ་དང་། ཕྱིར་ལྷ་ལ་ཅི་འཛོལ་སྟེ། ཅི་ཞིག་ཅི་སྟེ། ཅི་སྤྱད། ཅི་འབྲ། ཅི་ཕྱིར་ཞེས་འཛོལ་བས་  
སོ།། ཡང་ཆོག་ཆེ་སྟེད་དང་། སྟེད་དྲང་། ལྟར་དང་། བཞིན་དང་། སྤྱད་ལྷ་ལ་རི་འཛོལ་སྟེ། རི་  
སྟེད། རི་སྟེད། རི་ལྟར། རི་བཞིན། རི་སྤྱད། ཅེས་འཛོལ་བས་སོ།། རོ་ན་དེར་ཟད་དམ་སྟམ་ན།  
མ་ཡིན་ཏེ། ད་དྲུང་ཅི་འབྱོར། ཅི་རུས། ཅི་སྟོགས། ཅི་ནས་སོགས་མང་བས་སོ།། སུ་ནི་གང་  
ཟག་གང་ཀུན་ལ། ཞེས་སུ་གང་ཟག་ཅམ་དང་། གང་ཆོས་ཀུན་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པ་  
ལྟར་ཁས་ལེན་དུ་རུང་ངམ་སྟམ་ན། ཕྱི་མ་རུང་མོད་ཀྱང་། སྤྱ་མ་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན།  
བཟང་སྟོད་ལས། རི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བརྩའི་འཛིག་ཏེན་ན། ཞེས་སུ་སྤྱོགས་བརྩའི་འཛིག་  
ཏེན་ལ་སྦྱར་བ་དང་། དབུ་ཆོད་ཀྱི་གཞུང་ཆེ་བ་རྣམས་སུ་འང་རིགས་པ་སུ་ཡང་སྤྱོད་གཞན་དང་

གཞན་ལ་སྦྱར་བའང་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་ཕྱིར། དེས་པ་སྦྱ་གང་ཟག་ཁོ་ནའི་སྦྱི་སྦྱ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་  
བཞི་གཟིགས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བའི་སྦྱོན་ཡིན་ནོ།། མདོར་ན་གང་ནི་སྦྱི་སྦྱ་དངོས་ཡིན་ལ་གཞན་  
ནི་རྗེས་མཐུན་ཅམ་ཡིན་པས། སུམ་ཅུ་པར་སྦྱི་སྦྱ་སྟོན་པ་ན་གང་གཅིག་ལ་ལྷ་ལས་མ་བཤད་པའི་  
རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ།།

བཙེ་བརྒྱད་པ་བདག་སྦྱ་བཤད་པ་ནི། ར་རྩ་ཡོད་མེད་པ་བ་མ།། བདག་པོའི་སྦྱ་སྦྱེ་ག་  
ད་ན།། བ་མ་ས་དང་དག་མཐར་བ།། ད་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ།། བདག་སྦྱ་ཡར་རྒྱར་བ་དང་  
ནི།། ཆ་ལ་བ་ཉིད་སྦྱོར་བ་ལེགས།། མིང་མཐའི་པ་བའང་པལ་ཆེར་འབྱ།། མ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་  
དང་སྦྱར།། ཞེས་པ་སྦྱ། ར་རྩ་ཡོད་པའི་པོ་པོ་མོ་གསུམ་དང་། ར་རྩ་མེད་པའི་པ་བ་མ་གསུམ་  
སྦྱེ་དུག་ནི་བདག་པོའི་དོན་སྟོན་པས་ན་བདག་སྦྱ་ཞེས་བྱ་ལ། ཐོབ་ཐང་ནི། ག་ད་ན་བ་མ་ས་དུག་  
དང་། ད་དག་བཅས་ཀྱི་མཐར་པ་འཛོལ་སྦྱ། དཔེར་ན་ཆན་རིག་པ། མཚན་ཉིད་པ། ཀྱང་རྗེ་  
པ། སྦྱང་སྦྱོབ་པ། རྩ་འགྲམ་པ། རྩ་བ་ཕྱོགས་པ། འཇུགས་བསྐྱེད་པ། ལྷ་བྱ་དང་། འོར་ལྷག་  
པོ། ཁལ་སྦྱད་པོ། ར་རྩ་པོ། མི་ཉོབ་པོ། རྒྱད་འཇམ་པོ། གཟུགས་མཛེས་པོ། འཁོ་སྦྱར་པོ།  
ལྷ་བྱའོ།། འོ་ན་ད་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་བཅས་ལྷ་ལ་གང་འཛོལ་ཅེ་ན། བདག་སྦྱ་ཡ་གང་ཡིན་པ་བ་  
ཕྱེད་དང་། ཆ་གང་ཡིན་ལ་བ་འཛོལ་སྦྱ། ད་ཡིག་ལ་མཚོན་ན། ཆ་རོང་བ། རོང་བ། ལྷ་བྱ་སྦྱ། ལྷ་  
མ་ལ་ཆོག་ཀྱང་གསུམ་ཡོད་པས་ཡ་དང་། ཕྱི་མ་ལ་གཉིས་ལས་མེད་པས་ཆ་སྟོམས་མི་སྟོམས་  
ལ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན་ནོ།། ད་དུང་འ་དང་ར་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་ཆ་དང་ཡ་ཕྱེན་སྦྱོར་ཤེས་པར་བྱ་སྦྱ།  
འདིར་བཞོད་ན་མངས་ཀྱིས་དོགས་པས་མ་བྲིས་སོ།། མིང་མཐའི་པ་བའང་པལ་ཆེར་གོང་དང་  
འབྲ་བ་ནི། དཔེར་ན། ཏྲག་པ། བསྟོད་པ། གཡན་པ། འབབ་པ། ལྷ་བྱ་སྦྱ། དེ་དག་ནི་མིང་ཡིན་  
ལ། མིང་སོ་སོའི་ཆ་ཤས་ག་དང་ད་སོགས་ཀྱི་མཐར་པ་སོགས་འཛོལ་བའང་པལ་ཆེར་སྦྱ་མ་  
དང་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ།། འོ་ན་མ་དང་མོ་བདག་སྦྱ་ལ་འཇུག་ཚུལ་རྗེ་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། ལྷ་གར་ལ། ཆང་



འཆོར་མ། ཐག་ག་མ། ཁམས་མོ། གོས་དགར་མོ། ལྷ་བུའོ། འོན་ཏེ་མ་དང་མོ་ནི་ཆ་དང་ཡའི་  
དབྱེ་བ་བྱེ་ནས་སྦྱར་མི་དགོས་པས། མ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་དང་སྦྱར། ཞེས་གསུངས་སོ།

བཅུ་དགུ་བ་དགག་སྐྱ་བཤད་བ་ནི། མ་མི་མིན་མེད་དགག་སྐྱ་སྟེ། མ་མི་ཐོག་མ་མིན་  
མེད་མཇུག །མ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་། ཞེས་བ་སྟེ། མ་དང་མི། མིན་དང་མེད་བཅས་  
བཞི་ནི་གཞན་དགག་པའི་སྐྱ་ཡིན་པས་དགག་སྐྱ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་མ་དང་མི་ནི་ཐོག་མར་  
འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། མ་བྱེད། མི་བྱེད། ལྷ་བུའོ། མིན་དང་མེད་ནི་མཇུག་ལ་སྦྱར་ཏེ། དཔེར་  
ན། ཡོད་བ་མིན། འདི་ན་མེད། ལྷ་བུའོ། མ་ནི་ཐོག་མར་མ་ཟད། བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་  
འཇུག་སྟེ། ལྷ་མ་ཡིན། མི་མ་ཡིན། ལྷ་བུའོ།

ཉི་ཤུ་བ་མཆམས་སྦྱར་བཤད་བ་ནི། ཆོག་སྤང་ཞིང་སོགས་ང་ན་མ། འ་དང་ར་ལ་  
མཐའ་མེད་མཐར། ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞེག །ག་ད་བ་དང་ད་བྱག་མཐར། ཅིང་ཅེས་ཅེ་འོ་ཅེ་  
ན་ཅེག །ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། ཤིང་ཤིག་ཤེ་འོ་ཤེ་ན་འཛོལ། འོན་ཀྱང་  
ཁ་ཅིག་ལྷན་ཅིག་སོགས། མིང་གི་ཆ་དང་མ་ཞོར་གཅེས། ཞེས་བ་སྟེ། ཆོག་སྤང་ཞིང་དང་།  
སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་ཞེས་དང་། ཞེའོ་དང་། ཞེ་ན་དང་། ཞེག་ཅེས་བ་ལྟ་ནི། ཏ་དང་། ལྷ་དང་།  
མ་དང་། འ་དང་། ཏ་དང་། ལྷ་དང་། མཐའ་མེད་བཅས་ཀྱི་མཐར་འཇུག་སྟེ། དེ་ཡང་ང་ཡིག་ལ་  
མཆོན་ན། འོང་ཞིང་། གསུང་ཞེས། གསུང་ཞེའོ། གང་ཞེ་ན། གང་ཞེག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ན་  
དང་མ་སོགས་ལའང་རིགས་པས་བརྟགས་ནས་སྦྱར་ཤེས་པ་དགོས་སོ། ག་ད་བ་གསུམ་དང་  
ད་བྱག་གི་མཐར་ཅིང་སོགས་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། དག་ཅིང་། འཇུག་ཅེས། ཉག་ཅེའོ། རྫོག་  
ཅིག་ལྟ་བུ་སྟེ། ད་དང་ས་སོགས་ལའང་རྗེ་ལྟར་རིགས་པར་སྦྱར་རོ། འོན་པའི་མཐར་གང་  
འཛོལ་ཅེ་ན། དམིགས་བསལ་ཞེས་སྦྱར་བ་མ་གཏོགས་དེ་མིན་ཤིང་། ཤིག་སོགས་འཛོལ་སྟེ།  
དཔེར་ན། ཡངས་ཤིང་། འོངས་ཤིག །རྟོགས་ཤེའོ། ཆོགས་ཤེ་ན། ལྷ་བུའོ། ས་མཐར་ཤེས་

སྐྱར་ན་ཤེས་རྟོགས་དང་ནོར་བཟོ་འདུག་པས། དམིགས་བསལ་དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་ཞེས་སྐྱར་  
དགོས་པ་ཡིན་ནོ། འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ལྷན་ཅིག་སོགས་ནི་མིང་གི་ཆ་ཡིན་གྱི། མཆམས་སྐྱར་  
གྱི་སྤང་མིན་པས། དེ་ནམས་མ་འདྲེས་པ་དགོས་སོ།

ཉེར་གཅིག་པ་འམཐའ་དགོས་མི་དགོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ནི། རྒྱུ་པ་འཕུལ་ལ་  
འམཐའ་དགོས། གྲུག་གྱེད་བཅེགས་འདོགས་ཅན་ལ་སྤང་། ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱུ་པ་འཕུལ་  
ཅན་མདའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་འམཐའ་དགོས་ཏེ། དེ་མ་སྐྱར་ན་མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་ཏུ་འཇུལ་  
སྤིང་པས་སོ། གྲུག་པ་གི་གྲུ་ཞབས་ཀྱི་ཅན་གཉིས་དང་། གྱེད་པ་འགྲེང་བུ་ན་རོ་ཅན་གཉིས་  
དང་། བཅེགས་པ་ར་ལ་སའི་མགོ་ཅན་གསུམ་དང་། འདོགས་པ་ཡ་བཏགས། ར་བཏགས། ལ་  
བཏགས། བ་བྱུང་ཅན་བཞི་ལ་འམཐའ་མི་དགོས་ཏེ། དེ་མི་སྐྱར་ཀྱང་གི་གྲུ་སོགས་སྐྱར་བ་ཉིད་  
ཀྱིས་མིང་གཞི་རོས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་འམཐའ་སྤང་ཞེས་པ་ནི་མིང་གཞི་རོས་ཟེན་པའི་  
ཕྱིར་དུ་མ་སྐྱར་ཀྱང་རུང་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྐྱར་མི་རུང་བ་མིན་ཏེ། བདལ། སྤལ། སྤལ།  
བཅེད། ལྟ་བུ་ལ་འམཐའ་དོན་གྱིས་འཐོབ་ཅིང་། འབྲི་སྟོལ་ཡང་ཡོད་པས་སོ། དེས་ན་ཁང་  
པའི་ཀའ་དང་། ཟ་བྱེད་ཁའ་སོགས་ཀྱི་མིང་ལ་འམཐའ་ཕྱིས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཀ་མད་སུམ་ཅུའི་  
ནང་གི་ཀ་ཁ་དང་གཅིག་ཏུ་འཇུལ་ཏེ་མིང་དང་ཡི་གེ་མི་འགལ་ཟེར་བ་སོགས་ཀྱི་ལོག་པར་སྐྱ་  
བ་ནམས་བྱུང་འདུག་པས། དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་འམཐའ་མ་སྤངས་ན་ལེགས་སོ། འོན་ཀྱང་པ་  
འཕུལ་ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་རི་རྩ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ནི་གྲུག་གྱེད་དང་བཅེགས་འདོགས་བཞི་གང་ཡང་  
མེད་པའོ། འཕུལ་ཞེས་པ་ནི་འཕུལ་ཡིག་སྟེ། སྟོན་འཇུག་ལ་གོ་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། དེས་ན་རྒྱུ་པ་  
སྟོན་འཇུག་ཅན་ལ་འམཐའ་དགོས་གསུངས་པའང་རྗེས་འཇུག་གཞན་མེད་ན་འམཐའ་དགོས་  
ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། མམས་ཅད་དུ་མི་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། བདག་གཞན། གསལ། བཅད།  
ལྟ་བུ་རྒྱུ་པ་སྟོན་འཇུག་ཅན་ལ་འམཐའ་མེད་པ་མང་པའི་ཕྱིར་རོ། དེས་ན་གཞུང་ཆོག་རྒྱུང་

པ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་རྫོག་ལོ་ཆེན་པོའི་གསུང་ཡིན་ཞིང་། གོ་ཡང་དཀའ་བར་འདུག་པས་ཞིབ་པར་  
བཤད་ཡོད་དོ།

གསུམ་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ་གཉིས། འད་རི་ལྟར་སྒྲུབ་ཚུལ་དང་། གཞུང་གང་གིས་  
མཛད་པའོ། དང་པོ་ནི། ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཆམས་དང་། དོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ཅུང་  
རྫོགས། ཆོགས་བཅད་ག་མཐར་ཆོག་འདྲ། རྫོགས་ཆོག་མཐའ་ཅན་ལྷག་པ་དང་། ཆོགས་  
བཅད་རྒྱུ་མཐར་ཉིས་འདྲ་འཛོལ། དོན་ཆེན་ཆེན་མོ་རྫོགས་པ་དང་། ལེའུའི་མཆམས་སྲུ་བཞི་  
འད་དགོས། ང་ཡིག་མ་གཏོགས་ཡིག་འད་དབར། ཆོག་མེད་དེ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་འབད། ཅེས་  
པ་སྟེ། ཆོག་ལྷག་པའི་བརྗོད་དོན་མང་པོ་ཅན་དག་ལ་མིང་མཆམས་སོ་སོར་ཆོག་འད་རེ་འཐེན་  
དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། གཟུགས། སྒྲ། ཇི། རོ། རེག་བྲ། ལྷ་བུའོ། དོན་འབྲིང་སོ་སོར་འབྲེད་  
པའི་མཆམས་སྲུ་དེ་འདྲ་རེ་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། གཟུགས་མཐོང་། སྒྲ་ཐོས། ཇི་སྒྲུམ། རོ་  
མྲང་། ལྷ་བུའོ། དོན་ཅུང་རྫོགས་པའི་མཆམས་སྲུ་དེ་འདྲ་རེ་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། བསམ་  
ངན་བྲང་མི་རུང་། ལྷ་བུའོ། ཆོགས་བཅད་ག་མཐར་ཆོག་འད་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། གྲེ་མ་  
འདུས་བྲས་རྣམས་མི་རྟག ། ལྷ་བུའོ། ལྷག་པ་རྫོགས་ཆོག་མཐའ་ཅན་ལ་ཉིས་འད་རེ་དགོས་པ་  
ནི། དཔེར་ན། ཡིད་བརྟན་རུང་བ་ནི་ཆོས་ཁོ་ནའོ། ལྷ་བུའོ། ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པའི་མཐར་  
ཉིས་འད་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ལམ། ལྷ་བུའོ། དོན་ཆེན་  
ཆེན་མོ་རྫོགས་པའི་མཐར་བཞི་འད་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། སུམ་ཅུ་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། ལྷ་  
བུའོ། ལེའུའི་མཆམས་སྲུ་བཞི་འད་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། ལེའུ་དང་པོའོ། ། ལྷ་བུའོ། ང་  
ཡིག་མ་གཏོགས་པའི་ཡིག་འད་ཀྱི་དབར་ན་ཆོག་མེད་པ་ནི། དཔེར་ན། ལྷ་མ་མཆོག་དང་དབྱེར་  
མེད་པའི། ལྷ་བུ་དང་། ང་ཡིག་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་ཡིན་པ་ནི། དཔེར་ན། ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་  
པ་དང་། ལྷ་བུའོ། དེ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་འབད། ཅེས་པའི་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པ་ནི། དེ་ན་ཆེན་

སྤངས་ཤད་དང་། སྤུལ་ཤད་སོགས་ཀྱི་ནམ་བཞག་ཀྱང་རྟོགས་པར་བྱ། ཞེས་པའོ།

གཉིས་པ་ནི། ཆོག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། འོན་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གཡུར་ཅ་  
བའི། ལེགས་བཤད་ལྟོན་པའི་དབང་པོ་འདི། དབྱངས་ཅན་གྱུ་བའི་རྩོམ་སྤྲེལ། ཞེས་  
རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཉིག་ལོ་མ་ལྟ་བུས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། བརྫོང་དོན་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གཡུར་བྱ་ཅ་  
བའི་ལེགས་བཤད་ལྟོན་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཀུན་བཤད་ཀྱི་མིང་དབྱངས་ཅན་གྱུ་བ་  
པའི་རྩོམ་སྤྲེལ། ཞེས་པའོ།།

སྤྲུང་སྤྲུས་པ། ཆོག་གི་ལྷེ་མིག་མ་བསྐྱེན་པར། འོན་ཀྱི་སྒོ་མོ་མི་དབྱེ་སྤྲེལ། བརྫོང་  
གཙུག་ལག་ཐུང་བྱེད་པའོ། དག་གི་འདོད་འཛུལ་ནན་གྱིས་སྤྲུང་།

ལྟོན་ཆེ་སྒྲི་སྒྲུང་བམ་གཉིས་མར། གཏུན་ལ་པལ་པའི་སྐད་ཁོ་ནས། བོད་ཁམས་  
ཡོངས་ལ་བྱབ་པའི་མཐུས། ཆོས་སྤྱིད་དབྱ་འཕང་མཁའ་ལ་འབྱུང་།

ད་ནི་སྐད་ཡིག་འབྱུགས་པའི་མཐུས། རང་རིགས་གཞོན་སྤྱེས་པལ་མོ་ཆེས། གནའ་  
བོའི་རིག་གཞུང་ལྟོག་ཅམ་ཡང་། རྩོམ་སྤྲེལ་པའི་དུས་ལ་གཏུགས།

དེ་བྱིར་བྱིས་ནས་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། འཛིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་མི་མཛད་  
པར། གསར་བཅད་སྐད་ཀྱི་རྩིས་འབྲང་སྟེ། འཆད་ཅོམ་དར་ཆེན་བསྐྱེད་བར་གསོལ།

འདིར་འབད་པ་ལས་བྱུང་བའི་དགོས། མཁའ་མཐས་གཏུགས་པའི་མ་རྣམས་  
ཀུན། ཆོས་འབྱོར་བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་ལྡན་ལ། དགའ་མགུར་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པར་ཤོག །

ཅེས་བརྫོང་གི་གཙུག་ལག་དག་གི་ཐེག་ལེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཤུག་ཤེད་དགོས་སྤྱིད་  
དག་དབང་ཕྱན་ཆོག་སུ་འབོད་པས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ རང་ལོ་བཅུ་སྟག་བདུན་དང་ཉིག་མ་གཉིས་  
ལ་སྤྲེལ་པ་ན་དཔལ་ལྡན་འབྲས་སྤངས་སུ་སྤྲུང་བའོ།། ། དགོ་ལེགས་འཕེལ།

## དཔར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །

གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྩེལ་དལ་འབབ་སྤྱང་། །

ཆོག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲག་གསུམ་གྱི། །

དེ་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །

དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་བྱང་པོའི་མཐུས། །

ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་སྟོང་སྒྲག་བརྒྱ། །

གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ། །

ངེས་ལེགས་ཙོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག །

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་ཤུག་  
མེད་གེའི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་  
དམིགས། ནང་བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་  
གང་ལ་ཡང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགོ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་ཏེ་དགོ་སྟོང་ཆོས་སྒྲ་བ་དག་དབང་སྟོ་  
བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། ། དགེའོ། །

ཚུམ་སྒྲིག་དང་ཁྱེད་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ།

དགེ་སློང་ཕུན་ཚོགས་ཚུམ་བཟང་།

སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིག་སྐྱོར་བ།

ཚུམ་ཡེ་ཤེས་བསམ་གཏན།

རྒྱ་ལམ་རིམ་བུ་དག་དབང་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་གསུང་འབུམ།

ཐོད་དང་པོ།

བྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༡ ཉིན་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་བཏབ།

པར་གྲངས། 110

དེབ་ཚད། 7 X 9.5 in